



# విశ్వాదర్శి

అంతర్జాతీయ తెలుగు సాహిత్య మాసపత్రిక

సంపాదకవర్గం

: సంపాదకుడు:

లయక్.కె.వి.గోవిందరావు

బి.ఎ., ఎల్.ఎల్.బి.,

గౌరవ సహాయ సంపాదకులు:

కొండముది సత్యత్రేయశర్మ

బి.బాలకుమార్ ఎం.ఏ., బి.ఎత్.

సభ్యులు:

కె.వి.ఎస్.శరత్ బాబు బి.ఎ., బి.కా., బి.ఎల్.

కె.వి.ఎస్.విజయకుమార్ బి.కా.,

కె.రత్నకుమారి

: చందాదాతలు:

కసంపత్తురాలిచందా రూ 140/-

సంపత్తుర చందా రూ 48/-

ఎయిర్ మెయిల్ (1సం) రూ 200/-

నీ మెయిల్ (1సం) రూ 100/-

చందా పంపవలసిన చిరునామా

రత్నా విజ్ఞాన్స్

9, దేశి కార్టేజ్, ఆల్కూరుపేటపల్లి

మద్రాసు - 600 004

ఫోను: 4990327

జూన్ 1994  
ఈ సంచికలో

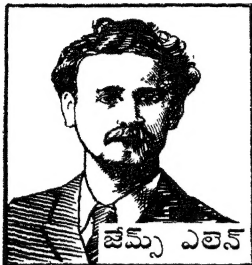
- ధ్యానం - సంపాదకుని పేజీ - 2
- ఆరోగ్యప్రదాయని - నారింజవండు - 7
- కార్యము ఎలా ఎదుర్కొవాలి? - 11
- సరస్వతి - ఉపయోగాలు - 14
- సుప్రసిద్ధ భారత మహిళలు - 15
- మహాత్ముని బంగారు పలుకులు - 17
- నీహృదయాన్ని గురించి తెలుసుకో - 18
- అనేక వ్యాధులకు అమూల్య ఔషధం - అష్టఫలం - 23
- చారిత్రక స్మారక చిహ్నం - కుతుబ్ మినార్ - 27
- కార్టాన్ల కథ - 28
- నిర్విరామంగా 5 000 కి.మీ.లు ప్రయాణించే గోల్డెన్ ప్లావర్ - 30
- మోటారు చరిత్రలో కొన్ని మైలురాళ్ళు - 31
- విజయసాధనకు సప్త శాసనాలు - 34
- రోబోట్ అంటే ఏమిటి? - 38
- రక్షించు - రక్షించబడు - 40
- ఈకాంతి ఎచ్చటి నుండి వచ్చింది? - 41
- భాషలో శునకం - 45
- అత్యంత సంవత్సరమైన అంటార్కిటికా! - 48
- దౌత్యవేత్తలు చేసే పొరపాట్లు - 49
- "ఏ ఏటుమిన్" నిండుగా ఉన్న ఎత్తుమల్లంగి - 52
- తల్లిదండ్రులకు ఉపాధ్యాయులకు సందేశం - 54
- చార్లెస్ డార్విన్ - 56
- బ్రతికి ఉండగానే ఇవ్వడం నేర్చుకో - 60
- పిల్లలు - ప్రేమ - 61
- పెద్దవాళ్ళను పేరుతో పిలవరు - 64

: ముఖచిత్రం: కలర్ లీట్రాఫ్స్ పర్సెన్

విక్రయదా

# దేశం

నాలుగు గుణాలతో సామరస్యం



జేమ్స్ ఎలెన్

సమైక్యత సుండి వినియోగం, శాంతి ఉద్ధవిస్తాయి. ఆత్మశరణాగతి నుండి ఓర్పు, వివేకం మరియు నిజమైన తీర్పు వచ్చి చేరుతాయి. ప్రేమ నుండి దయ, ఉల్లాసం, సామరస్యం ఉద్ధవిస్తాయి. దయ నుండి సాధుత్వం మరియు క్షమించే స్వభావం ఉదయిస్తాయి.

ఈ నాలుగు గుణాలతో ఎవరైతే సామరస్యం కుదుర్చుకుంటారో అతడు వాస్తవమైన జ్ఞానాభివృద్ధి పొందినవాడవుతాడు; సామ్రాజ్యత్వాన్ని సంపూర్ణంగా తెలుసుకున్నవాడు అవుతాడు. ద్వేషం నుండి, శతృత్వం నుండి, కఠినత్వం నుండి, ఖండన నుండి విముక్తి పొంది అతడు సామ్రాజ్యత్వాన్ని సంపూర్ణంగా గ్రహించుకున్నాడు. చీకటి ప్రవృత్తులలో జీవించేవారు, జ్ఞానవృద్ధి కలిగించే గుణాలతో జీవించేవారు - అందరూ అతని సోదరులే. అందరినీ పట్ల అతని మనఃవైఖరి ఒకటిగానే ఉంటుంది - అదే సద్భావం.

# సంపాదకుని పేజీ

విజయ సాధనకై ఆశించు

ప్రపంచంలో ఏదో ఒక గొప్ప ఉపయోగకరమైన కార్యం సాధించాలనే తీవ్ర కాంక్ష - అత్యాశ. మనలో ప్రతి ఒక్కరూ జీవితంలో ఒక సముచితమైన, యోగ్యమైన అత్యాశను సృష్టమైన మాటల్లో ప్రకటించాలి జీవితంలో యోగ్యమైన దాన్ని సాధించుకునేందుకు మనం ఎన్నో సంవత్సరాలు ముందుగా ఆశించి, వధిక నిర్మాణం చేసుకోవాలి. ప్రపంచంలో జీవించేందుకు ఇది ఒక్కటి మాత్రమే మనకు బ్రతుకునివ్వగలుగుతుంది.

అనేక అభిరుచులను జాగ్రత్తగా ఎంపిక చేసుకోండి. వీటిలోనుంచి మీరు సాధించదలచుకున్నదేమిటో దాన్ని నిర్ణయించుకోండి. దాన్ని మీ లక్ష్యంగా చేసుకోండి. అన్ని విధాల దాన్ని సాధించేందుకు పూనుకోండి. దాని జటిలతలు మరియు సాంకేతికతలకు సంబంధించినవన్నీ నేర్చుకుంటూ మీ పనిలో నేర్పరితనాన్ని అభివృద్ధి చేసుకోండి. అత్యధిక ఆర్థిక బహుళ్యతలతో కూడిన ఉన్నత స్థానాన్ని సమాజంలో ఇది ఒక్కటే మీకు సమకూర్చి పెట్టగలుగుతుంది.

## భూమిపై అత్యంత తేమగల ప్రదేశం

మేఘాలయ (ఈశాన్య భారతం) లోని చిరపుంజికి 16 కి.మీ. వడమరగా ఉండే మాసిన్ రాం - భూమి మీద అత్యంత తేమగల ప్రదేశం. ఇక్కడ వార్షిక వర్షపాతం 11,873 మిల్లీ మీటర్లు కాగా హవాయ్ లోని వైలెయిలోలో 11,438 మిల్లీ మీటర్లు, చిరపుంజిలో 11,314 మిల్లీ మీటర్లుగా నమోదయింది.

“మనంగా పరాజయం పొందేందుకు సాహసించేవారు మాత్రమే మన విజయాలు కూడా ఎప్పుడైనా సాధించగలుగుతారు.”

రాబర్ట్ ఎఫ్. కెనెడి

అత్యాశ ఉన్నప్పుడు మాత్రమే జీవితం ప్రయోజనకరమౌతుంది. అత్యాశతో నిండి, తమ శక్తిని, కాలాన్ని వినియోగించి కష్టపడిన క్షుల పేర్లే నేడు నిల్చి ఉన్నాయి

మీ ఆశలవల్ల అత్యాశతో ఉండండి. మీ అత్యాశలు అతి అల్పమైనవి అయినట్లయితే, ఫలితాలు కూడా అతి చిన్నవిగా ఉండి, చెప్పుకోవలసినంతవిగా ఉండవు

మరో విజయవంతమైన కథను అనుబంధించి చెనుకునేందుకు అశోకానా, కష్టపడి పాటు పడేటట్లుగానూ ఉండండి.

## అప్పగించటం వేరు, ం వేరు

నేరారోపణ లేదా జైలు శిక్ష తప్పించు కునేందుకు పారిపోయి వచ్చిన నేరస్థుణ్ణి ఆ దేశానికి తరలించటం Extradition అంటారు. ప్రజా సంక్షేమానికి ఎవరివల్ల విఘాతం కలుగుతుందో వారిని దేశం నుండి వెళ్ళగొట్టడం Deportation అంటారు

## భక్తి భరిత ఆనంద ప్రవాహం

ఒక ఇంటిలోపల వెలిగే దీపం కిటికీల ద్వారా తనకొంతిని వెలువలికి కూడా వెదజల్లుతుంది అదే విధంగా మేళ్ల దర్శనంపై భగవంతుడు ప్రకాశించినపుడు భక్తి భరిత ఆనంద ప్రవాహం అన్ని ఇంద్రియాల ద్వారా ప్రతిఫలిస్తుంది.

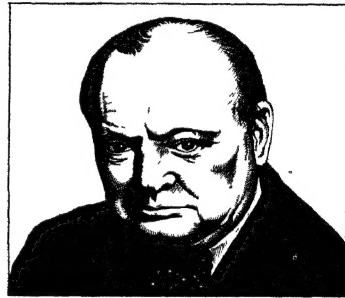
— శ్రీ ఏకనాథ్

## హస్తాంతరణం

కుక్కకి కొమ్ములు!

కొనులో తూగుతున్న శ్యామలావుని లేపి, “ఏరా కుక్క అని వ్రాయమంటే ‘కక్క’ అని వ్రావావ్” అని నిలవదీశాడు టీచరు

“మీరే కద సార్, కుక్కకి కొమ్ములుండవన్నారు ”



నా తలనే నేను ఊగిస్తున్నాను

ప్రపంచంలో బహుశా గొప్ప మాటకారిగా పేరొందిన విన్స్టన్ చర్చిల్ మంచి శ్రోత కాదు. హౌస్ ఆఫ్ కామన్స్ లో ఒక ప్రతిపక్ష సభ్యుని ఉపన్యాసం వింటూ చర్చిల్ తన తలను కదల్చటం ప్రారంభించాడు తద్వారా ఆ సభ్యుని కంటే అధికంగా అందరి దృష్టిని ఆకర్షించాడు ఆ ప్రతిపక్ష సభ్యుడూ ఇక భరించలేక తన వ్రేలిని చర్చిల్ వైపు చూపుతూ ఇలా అన్నాడు “గౌరవ నీయుడైన నా మిత్రునికి నేను గుర్తుకు తెదలచింది - నేను కేవలం నా సొంత అభిప్రాయం మాత్రమే ప్రకటిస్తున్నాను.” దీనికి చర్చిల్ ఇచ్చిన జవాబు: “ఈ ఉపన్యాసకునికి నేను గుర్తుకు తెచ్చేదేమిటంటే - నా సొంత తలనే నేను ఊగిస్తున్నాను.”

“ఒక గొప్ప వ్యక్తి చేసిన పనినే ఇతరులు కూడా చేస్తారు. అతడు ఒక ప్రమాణంగా నిలిపిన దాన్నే ప్రపంచం అనుసరిస్తుంది.”



# తయోగులు

తులసీదాస్

డాక్టర్ రాందల్ భరద్వాజ్

మొగల్ చక్రవర్తి అక్బర్ పరిపాలన కాలంలో (16వ శతాబ్ది) తులసీదాస్ నామ దేయం గల ఒక పుణ్య పురుషుడు, ఇట్లా జిల్లా (ప్రస్తుతం ఉత్తరప్రదేశ్ లో ఉంది)



అలీగంజ్ పరగణాకు చెందిన సోరన్ గ్రామ వాస్తవ్యుడు - ప్రస్తుతం రాజపూర్ నెలకొన్న జమునా నదీ తీరంలోని అరణ్య ప్రాంతానికి వచ్చినట్లు సంద్రదాయసిద్ధంగా చెప్పబడు తున్నది. తులసీదాస్ రాజపూర్ స్థాపించి, ఒక దేవాలయాన్ని నిర్మించి, అనేకమంది అనుచరుల్ని ఆకర్షించాడు.

ఇట్లా జిల్లాలోని సోరన్ కు తూర్పున దాదాపు రెండు మైళ్ళ దూరంలో గల రాంపూర్ లో తులసీదాస్ పురీకులు నివసించారు పరిస్థితుల ప్రభావం వల్ల అతడి తండ్రి ఆత్మారాం శుక్ల తన వృద్ధురాలైన తల్లిని, భార్య హులసిని తీసుకుని సోరన్ కు చెందిన యోగమార్గ మొహల్లాకు చెరుకోవలసి వచ్చింది. అతడు జన్మించిన కొన్ని మాసాల తరువాత తులసీ దాస్ తన తల్లిని కోల్పోయాడు. అచిరకాలంలో

తండ్రిని కూడా పోగొట్టుకున్నాడు. అతని పోషణ బాధ్యత వృద్ధురాలైన నాయనమ్మ భుజాలపై పడింది బాలుడుగా అతడు రామ బోలా లేక రమోలా అని పిలువబడ్డాడు.

తులసి దృఢమైన ఆరోగ్యం, చక్కని ధాయ, మంచి నడవడి గల యువకుడు. అతడు పెరిగి పెద్దవాడవుతున్న కొద్దీ పాండిత్యంలోని వివిధ శాఖలలో ప్రావీణ్యం సంపాదించాడు. దీనబంధు పథకుని పుత్రిక రత్నావళిని వివాహం చేసుకున్నాడు. తులసి పురాణ పఠనం తన వృత్తిగా స్వీకరించి, పేరు గడించాడు. ఈ దంపతులకు 'తారావతి' అనే కుమారుడు కలిగాడు కానీ వారికి తీవ్ర దుఃఖాన్ని కలిగిస్తూ - ఎక్కువకాలం జీవించ కుండానే - మృతి చెందాడు.

1547 ఏ.డి లో వివాహసంతరం 15 ఏళ్ళకు రత్నావళి షెడరిలోని తన సోదరుల ఇంటికి రక్షాబంధనం కోసం వెళ్ళవలసి వచ్చింది తులసి కూడా తొమ్మిది రోజుల పాటు తన వృత్తిపరమైన పర్యటనకు వెళ్ళాడు.

గోల్స్!

నీవు ఒక క్రీడను అవలోకిస్తున్నా, అది ఒక వేడుక (తమాషా) నీవు ఆడినట్లయితే, అది ఒక చిన్నద కాలక్షేపం. దానిలో పనిచేసినట్లయితే, అది ఒక విధమైన గోల్స్!

“వ్యాకులం - తరచుగా ఒక చిన్నదానికి ఎద్ద నీడ నిస్తుంది.”

స్వీడిష్ సామెత

అయితే అతడు ఇంటికి తిరిగి వచ్చిన తరువాత తీవ్రమైన ఒంటరితనానికి లోనయ్యాడు. వరదల్లో శిన్న గంగానదిని ఈది అతడు అర్ధరాత్రికి పూనుగారి ఇల్లు చేరుకున్నాడు. అటువంటి అసాధారణ సమయంలో అతణ్ణి కలుసుకున్నందుకు దిగ్భ్రాంతి చెందిన రత్నావళి తన భర్తను వరద నీటిని ఏవిధంగా దాటగలిగారని అడిగింది. తనపై అతనికి గల తీవ్ర ప్రేమను గురించి తెలుసుకున్న ఆమె ఇలా చెప్పింది: “నా ప్రాణ నాథా! మిమ్మల్ని హతతుం నాకు సంతోషం కలిగిస్తున్నది నాపై ఎక్కువ గల తీవ్రమైన ప్రేమ మీరు గంగానది గట్టుకుట్టు చేసింది. కనుక కచ్చితంగా భగవంతుని సేవ్యప్రేమ ఎవరికైనా ఈ భౌతిక ప్రపంచం అధిపతియ్యడేమిటా సహాయపడుతుంది.”

ఈ మాటలు విన్న తులసీదాస్ మేథ ఒక శక్తికమైన మలుపు తిరిగింది. వైవాహిక సంబంధమైన ప్రేమ దివ్యప్రేమగా రూపాంతరం పొందింది. అతడు తక్షణమే బదరీనీ, సోరోస్ ను కాదా విడిచి పెట్టాడు. అతడు ఒక సన్యాసిగా వారిపోయి అదృశ్యమయ్యాడు. ఎంత వెదకినా అతని జాడ దొరకలేదు. ప్రేమ విశ్వాసాలు ఇబ్బది, దిక్కులేనిది అయిన రత్నావళి అన్ని బాధలను వినర్థించి చివరి వరకు ఒక వైరాగ్య విధానాన్ని గడిపింది. బదరీ నుండి తులసీ గాస్ విస్తృతంగా పర్యటించాడు దేశ దిమ్మరి అయిన ఒక సంగీత పాటకునిగా, కొన్ని సమయాల్లో అద్భుత క్రియలు చేస్తూ జీవితం సాగించాడు. అతడు చిత్రకూటంలో, యోధ్యలో నివసించాడు. రాజపూర్ ను లభించాడు. అఖిరికి వారణాసిలో స్థిరపడ్డాడు. శుద్ధ 1623 ఏ.డి లో తన తనువు చాలించాడు.

తులసీదాస్ రచించిన అనేక రచనలలో రామ చరిత మానస” — విశేష శాస్త్ర రిజ్ఞానం గల గొప్ప విద్వాంసులలోనూ,

సామాన్యంలో కూడా ప్రత్యేక ఆసక్తి రేకెత్తించింది. ప్రపంచ సాహిత్యంలో అత్యంత ఉత్తమ కృతుల శ్రేణిలో నిస్సందేహంగా చేర్చదగిన ఒక మహాకావ్యంగా అది రూపొందింది

సంస్కృతం చదవలేని కోట్లాది ఉత్తర భారతీయులకు “రామ చరిత మానస” ద్వారా రామకథ సుపరిచితమైనది.

## విస్మయ పాతకాపీలు

మే 84, జూన్ 84, ఆగస్టు 84 నుంచి నవంబరు 84 మార్చి 85 నుంచి జూన్ 85, ఫిబ్రవరి 86 నుంచి ఏప్రిల్ 86, సెప్టెంబరు 86 నుంచి డిసెంబరు 86, జనవరి 87, మార్చి 87 నుంచి మే 87, ఆగస్టు 87, డిసెంబరు 87, జనవరి 88 మార్చి 88 నుంచి డిసెంబరు 88, జనవరి 89 నుంచి డిసెంబరు 89; జనవరి 90 నుంచి జూన్ 90, ఆగస్టు 90, సెప్టెంబరు 90 నవంబరు 90, డిసెంబరు 90, ఫిబ్రవరి 91, నుంచి డిసెంబరు 91, జనవరి 92 నుంచి డిసెంబరు 92, జనవరి 93 నుంచి డిసెంబరు 93 కాపీలు మా వద్ద ఉన్నవి 1984 కాపీల వెల రూ 750లు, 1985 కాపీల వెల రూ 550లు, 1986 కాపీల వెల రూ 1050లు, 1987 కాపీల వెల రూ. 10.00లు; 1988 కాపీల వెల రూ 1875లు; 1989 కాపీల వెల రూ. 2450లు, 1990 కాపీల వెల రూ. 2300, 1991 కాపీల వెల రూ. 2650లు, 1992 కాపీల వెల రూ. 3300లు; 1993 కాపీల వెల రూ 33.00లు. రిజిస్టర్డ్ పోస్ట్ లో పొందటానికి కాపీల వెలతో పాటు రూ. 6.00లు చేర్చి M O పంపాలి. “రత్నా విజెన్సిస్”, 9, దేశికా రోడ్డు, (అల్వారు పేట వద్ద), మద్రాసు - 600 004.

— నయ్యలేషన్ మేనేజర్

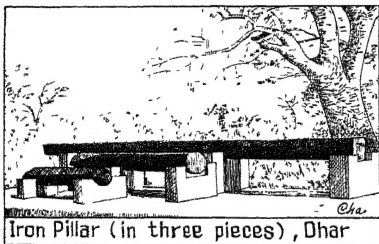
‘ఒక సూతన మిత్రుణ్ణి, పాత శత్రువును నమ్మవదు.’



## ధారలోని ఇనుప స్తంభం

ఎ.ఆర్. పెరిస్

మధ్యప్రదేశ్ లోని ధర్ అనే చిన్నపట్టణంలో - కొద్దిగా నలుగురికీ తెలిసిన ప్రదేశంలో - ఒక ఇనుప స్తంభం నిల్చి ఉంది ఇది 44 అడుగుల ఎత్తు, 7 టన్నుల బరువు కలిగి ఉంది. ప్రాచీన భారతంలోని అతిపెద్ద ఇనుప



స్తంభం మరియు అతిపెద్ద ఇనుప ముద్ద కూడా ఇదే. ప్రాచీనకాలంలో ఆశ్వర్యం కలిగించే ఇంత ఎత్తు, బరువు గల ఇనుప స్తంభాన్ని తయారు చేయటమే - ఒక అసాధారణ కార్యం! ఎందుకంటే కేవలం ఇటీవలి కాలంలో మాత్రమే అత్యంత అభివృద్ధి చెందిన సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ఇంతటి బృహత్తరమైన స్తంభం నిర్మించ గలుగుతున్నారు.

ఈ అసాధారణమైన ఇనుప స్తంభం - జయస్తంభం లేక విక్టరీ టవర్ - గా నిర్మించ బడింది. ఇది గుప్తల కాలానికి (300-500 ఏ.డి.) చెందినదైనా కావచ్చు లేదా మధ్య భారతాన్ని 1010-1054 ఏ.డి.లో పరిపాలించిన భజదేవ మహారాజు కాలంలోనిదైనా

కావచ్చు. ఏమైనప్పటికీ ఈ స్తంభం త. వయస్సు 1000 సంవత్సరాలని చెబుతుండ ప్రస్తుతం ఈ ఇనుప స్తంభం మూడు చీలికలు విరిగిపోయింది గుజరాత్ కు చెందిన సుల్తా, బహదూర్ షా (1526-1537) ఈ బ్రహ్మాం, మైన స్తంభాన్ని తన రాజధానికి తరలించేందుకు ముక్కలు చేయటం జరిగిందని మొగల్ చక్రవ జహంగీర్ చెప్పాడు ఈ ఇనుప స్తంభం కిరీట కన్పించకుండా పోవటం వల్ల స్తంభ పొడవులో దాదాపు 50 అడుగులు, బరువులో ఎనిమిది టన్నులు తగ్గిపోవలసి వచ్చింది.

ఈ బృహత్తర స్తంభం ఒక తునకగా పో: పోయబడలేదు దుక్క ఇనుము యొక్క క్రమాగతమైన ముద్దలను కలగలిపి, కాం కలియగట్టి అతికి చేయటం జరిగింది. ఈ స్తంభంపై జరిపిన పరీక్షల ద్వారా దీనిని 99.60 శాతం ఇనుము, 0.28 శాతం ఫాస్ఫరస్ మరియు 0.02 శాతం కార్బన్ ఉన్నట్లు షా: డయింది. బహిర్ ప్రదేశంలో శతాబ్దాల తరబు: బహిరంగంగా ఉన్నప్పటికీ త్రుప్పుపట్టకుం: ఉన్నది ధారలోని ఇనుపస్తంభం లోహ సంఘటా: శాస్త్ర రంగంలో ప్రాచీన భారతీయుల సాధించిన మరొక గణనీయ విజయానికి చిహ్నం

## పాలియోబోటనీ ఇన్ స్టిట్యూట్ స్థాపన

ది బీరబల్ నహానీ ఇన్ స్టిట్యూట్ ఆఫ్ పాలిటె బోటనీ లక్నోలో (ఉత్తర ప్రదేశ్) నెలకొల్పబడింది

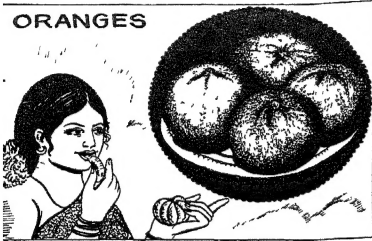
"కంటికి కన్ను అనేది - యావత్ ప్రపంచాన్ని అంధకారంలో ముంచటంతో హరపతుంది."

— గాంధీజీ

డాక్టర్ హెచ్.కె. బ్రూహ

నారింజ - ఒక రుచికరమైన, పోషకాహార  
సం. వ్యాసంలో 12 సెం. మీ.ల వరకు పెరుగు  
కుంది ఇవి గాఢమైన ఆకువచ్చ ఆకులు,  
పవాసన వెదజల్లే పువ్వులు కల్గి ఎల్లప్పుడూ  
ఆకువచ్చగా ఉండే 12 మీటర్ల ఎత్తు గల  
వెట్టుకు పెరుగుతాయి

ORANGES



నారింజ జన్మస్థానం - దక్షిణ ఐస్పానియా  
పంచలలోని ఉష్ణవేర్లులు, అత్యుష్ణ భూముల్లో  
ఎక్కడైనా - ఇది నేడు పెరుగుతున్నది  
ఇండియాలో ఇది మహారాష్ట్రలోని నాగపూర్  
పరియ్య పూనే ప్రాంతంలోనూ, అస్సాంలోనూ,  
రాజ్ టకలోని కూర్గాల్లోనూ విస్తృతంగా పెంచ  
బడుతున్నది

నారింజను పరిశీలిస్తే వెల్లడయిన అంశాలు  
సెంటి 876 శాతం తేమ, 07 శాతం ప్రోటీన్,  
12 శాతం కొవ్వు, 03 శాతం ఖనిజాలు, 03  
శాతం పీచు, 109 శాతం కార్బోహైడ్రేట్స్  
ఉన్నాయి. ఇవి తినదగిన 100 గ్రాముల  
సాగంలో ఉన్నాయి ఈ పండులోని ఖనిజాలు,  
విటమిన్లు ఈ విధంగా ఉన్నాయి: కార్బియం  
పూటికి 26 మిల్లీగ్రాములు, ఫాస్ఫరస్ 20  
మిల్లీగ్రాములు, ఇనుము 0.3 మిల్లీగ్రాములు,

కరోటిన్ 1104 mcg, థయామిన్ 0.12 మిల్లీ  
గ్రాములు, నియాసిన్ 0.3 మిల్లీగ్రాములు,  
రిబోఫ్లేవిన్ 0.06 మిల్లీగ్రాములు మరియు  
విటమిన్ సి 30 మిల్లీ గ్రాములు ఉన్నాయి  
వీటి కాలోరీల మూల్యం 48 దీనిని సోడియం,  
పొటాసియం, మెగ్నీసియం, రాగి, సల్ఫర్  
మరియు క్లోరైన్ కూడా ఉన్నది

సూర్యకిరణాల ద్వారా నారింజలోని పిండి  
పదార్థం (గంజి) త్వరితంగా జీర్ణమయ్యే  
చక్కెరగా మారిపోతుంది. తత్ఫలితంగా ఇది  
శీఘ్రంగా రక్తంలోకి పీల్చుకోబడుతుంది. దీన్ని  
ఉపయోగించిన తక్షణమే శరీరంలో వేడిమిని,  
శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తుంది.

అన్ని రకాల జ్వరాలకు నారింజ ఒక శ్రేష్టమైన  
ఆహారం నారింజరసంలోని ఇంపైన సువాసన,

## రసాలారే 100 పండ్లను అందించే చిన్న మామిడి చెట్టు

బెరంగాబాద్ (మహారాష్ట్ర) పాలిమెరల్లోని  
ఖుల్లాబాద్ కు చెందిన ఒక వ్యవసాయదారుడు -  
వివి రణదివే - తన మామిడి పెంపకంలో ఒక  
ప్రత్యేక పద్ధతి ప్రవేశపెట్టాడు అతని వ్యవసాయ  
క్షేత్రంలో ఒక చిన్న సూతనాంకురమైన మామిడి  
చెట్టు మూడేళ్ళలో 100 రసాల పండ్లను  
అందించింది వ్యవసాయ శాస్త్రజ్ఞుల అభిప్రాయం  
ప్రకారం ఒక మామిడి మొలక పండ్లు కాసేండుకు  
కనిసం 20 సంవత్సరాలు తీసుకుంటుంది అతని  
వ్యవసాయ క్షేత్రంలోని అనేక మామిడి చెట్లు -  
బొన్నాయి మొక్కల కంటే కొంచెం పెద్దవి - పచ్చి  
మామిడి కాయలతో నిండి ఉన్నాయి!

“తరచుగా ఒక మనిషి మోసే బరువు అతడు మోయ గలిగినదాని  
కంటే ఎక్కువగానే ఉంటుంది. కానీ సేపు అతనిపట్ల శ్రద్ధ తీసుకుంటున్నట్లు  
యిబుచ్చు చేయగలిగితే మాత్రం అతని బరువు తేలిక అవుతుంది.”

రుచి - జ్వర రోగ పీడితులు బాధపడే టాక్సీ మియా (ఏవ పదార్థాలను ఉత్పత్తి చేసే జీవ పదార్థం)నూ, ఉమ్మి నీరు లేనందువల్ల ఏర్పడిన నోటి పూతనూ అధిగమించేందుకు తోడ్పడుతుంది. ప్రైఫాయిడ్, ట్యూబర్క్యులోసిస్ మరియు మశూచికం వచ్చినప్పుడు ఇది ఆదర్శ వంతమైన ద్రవాహారంగా పనికి వస్తుంది. ఇది సత్తువను కల్గిస్తుంది మూత్ర ఉత్పత్తిని అధికం చేస్తుంది. అంటు వ్యాధుల నుండి శరీరానికి నిరోధక శక్తిని కలిగిస్తుంది. తద్వారా శీఘ్రంగా స్వస్థత పొందేందుకు తోడ్పడుతుంది.

దీర్ఘకాలపు అజీర్తికి నారింజ - శక్తివంతమైన ఔషధం. ఇది జీర్ణక్రియ అవయవాలకు విశ్రాంతి కల్పించి సులభంగా జీర్ణం చేసుకునే పద్ధతిలో పోషకాహారాన్ని సరఫరా చేస్తుంది. జీర్ణక్రియ రసాల ప్రవాహాలను ప్రేరేపించి, జీర్ణక్రియను పెంపొందించి, ఆకలిని పెంచుతుంది.

రాత్రి నిద్రకు ఉపక్రమించే సమయంలో ఒకటి లేదా రెండు నారింజ పండ్లు, అలాగే ఉదయం మేల్కొన్నప్పుడు కూడా తీసుకున్నట్లయితే ప్రేగుల పనిని ప్రేరేపించేందుకు ఉత్తమ మార్గంగా ఉంటుంది.

చనుపాలు తీసుకోని శిశువులకు, నారింజ రసం శ్రేష్ఠమైన ఆహారం. వయస్సును బట్టి వీరికి ప్రతిరోజు 15 నుండి 120 మిల్లీలీటర్ల నారింజరసం ఇవ్వాలి. ఇది పొడలను, రికెట్స్ (ఎముకలను కృశింపచేసే శిశువ్యాధి) నూ అరికట్టి శరీరం పెరుగుదలకు తోడ్పడుతుంది. సాధారణ పెరుగుదల లేని పెద్ద బిడ్డలకు కూడా నారింజ రసం 60 నుండి 120 మిల్లీలీటర్ల వరకు ఇవ్వవచ్చు.

నారింజ తొక్క మొటిమలకు మరియు సాధారణ చర్మ వ్యాధులకు అమూల్యమైనది. నారింజ తొక్కను నీటితో చేర్చి రాతిపైన

పొడికొట్టి చర్మంపైన పూయాలి. దీన్ని వర్ష నీటిలో తడిపి పొడి కొట్టినట్లయితే మరింత శక్తివంతంగా ఉంటుందని విశ్వసించబడుతున్నది

సాధారణంగా డిన్నర్ చివరిలో అందించే పండుగా నారింజను చూడటం జరుగుతున్నది నారింజ రసం విక్రయానికై నిలువ చేయబడుతున్నది. స్క్వాష్ (పండ్ల రస పానీయం) మార్కెట్లో మరియు జామ్ చేసేందుకు కూడా నారింజలు ఉపయోగించబడుతున్నాయి.

## ఉపన్యసించటం వస్తువిక్రయం వంటిదే



ప్రజల ముందు ఉపన్యసించటం వస్తు విక్రయం వంటిది. సెల్స్ మన్ వస్తువుల్ని అమ్ముటమో లేదు రమ్ముత్తు చేయటమో చేస్తాడు. ఉపన్యాసకుడు భావాలను విక్రయిస్తాడు. కరతాళ ధ్వనులవల్ల తన విజ్ఞప్తి ననుసరించి తీసుకున్న ఓటింగ్ వల్ల తన ఘనతను అతడు పరీక్షించుకుంటాడు అతని భావాలు ప్రజలకు నచ్చినట్లయితే, అతడే కోరిన విధంగా నడుచుకోవటమో, ఓడి చేయటమో చేస్తారు. అప్పుడు అతని ఉపన్యాసం విజయాన్ని సాధించినట్లే.

— ఆర్.సి. పెర్సె

'చిన్న దేముతో ఉన్న వజ్రం అది లేని గులకరాయి కంటే మేలైనది.'

## వనితలు నిజంగా అదృష్టవంతులు!

వనితలు నిజంగా అదృష్టవంతులు వారు పుట్టినప్పుడు ప్రతివారు అడుగుతారు. "తల్లి ఎలా ఉంది?", వారికి వివాహమైనప్పుడు ప్రతి వారి మాట "ఎంత అందమైన వధువు!" స్త్రీల సేవలో అతగిపోయి వురుముడు మరణించినప్పుడు ప్రతివారు అడిగే విషయం "ఆమె కోసం ఏమాత్రం వదిలిపెట్టి వెళ్ళాడు?"



### సృజనాత్మకత

విషయాలను విభిన్న వస్థలలో చూడటం ద్వారా ఏర్పడి ఉన్న నమూనా (మాదిరులు)లను చెదించటంలోనే సృజనాత్మకత చిక్కుకొని ఉన్నది.

### విలక్షణ మేధ

ఒక నాగరికత గల మేధకు అత్యంత విశిష్టమైన, విలక్షణమైన గుర్తు ఏదంటే ఇతరుల ఉద్దేశాన్ని కూడా గ్రహించే సమర్థత; స్వార్థాన్ని విడనాడటం, స్వంత అభిప్రాయం కంటే విభిన్నమైన వైఖరితో జీవితాన్ని దాని సమన్వయను వీక్షించగలగటం

## విషయాలు

ప్రపంచంలో యదార్థంగా గొప్ప విషయాలు మూడు ఉన్నాయి ఒక పర్యటన, మహా సముద్రం మరియు తన వనిని చిత్తశుద్ధితో చేసే మనిషి ప్రతి ఒక్కదాని సంభవనియత (Potentialities) మానవ లెక్కలకు అందనిది!

### ప్రపంచ నిజ చరిత్ర

ప్రపంచ నిజ చరిత్ర ఎప్పుడైనా కొద్ది మంది చరిత్రగానే ఉంటుంది ఎవరెన్నో శిఖరం ఎత్తును దృష్టిలో పెట్టుకుని హిమాలయాలను మనం అంచనా వేసినట్లే, తమ మగత పురికొల్పే జీవితపు కలలనుండి ఒక్క క్షణం సేపైనా బయటపడనివారు, అక్కడే జీవించి మరణించేవారు అయిన మిలియన్ల కొద్దీ గ్రామీణుల నుండి కాక - ప్రాచీన ధర్మశాస్త్ర కర్తలనుండి, వేదాంత, సాంఖ్య తత్వశాస్త్ర స్థాపకులనుండి, ఉపనిషత్ జ్ఞానంగల ఋషులనుండి, వేద వండితులనుండి మనం భారతదేశపు వాస్తవిక కొలతలను తీసుకోవాలి

— ప్రొఫెసర్ ఎఫ్ మాక్స్ ముల్లర్

## అలసట తీర్చే ఔషధం - తేనె

\* అలసట, ఆయాసం, సోమరితనం, మలబద్ధం - పోగొట్టేందుకు తేనె తోడ్కుంటుంది ఉపశమనం కల్గించే ప్రతినీధిగా వని చెప్తుంది

\* పిల్లల తొమ్మి నెవులకు లేదా ఊపిరి భారంగా పీల్చుకు జరుగుతున్నా అల్లపురసంలో తేనెను కలిపి ఇవ్వండి

— ఆర్.సి ధావర్

‘సరావర్తనం చెందని పుస్తక వతనం - జీర్ణం కాకుండా భుజించటంవంటిది.’

— ఎడ్యుండ్ బర్న్

### విసిగించే వ్యక్తి

విసిగించే వ్యక్తి: అతడు వినవల్సి ఉందని నీవు భావించినప్పుడు తాను మాట్లాడేవాడు.

### సమకాలీన విషాదాంతం

హనరాని విశేషతం చేసే వివేకం నము పార్థింపక ముందే అణువిచ్ఛిత్తి జరపటంలో మనం విజయం సాధించటమే - సమకాలీన విషాదాంతం

—రబ్బీ జూలియన్ మార్క్

### రెండు రకాల పుస్తకాలు

రెండు రకాల పుస్తకాలు ఉన్నాయి. ఎవరూ చదవనివి మరియు ఎవరూ చదవాలని కోరుకోనివి

### ఘనులకు కొదవలేదు

డబ్బును కల్పించుకు పూనుకున్నవారు ఎవరికైనా దానికి నిప్పు అంటించేందుకు కాచుకుని ఉన్నవారు ఎవరో ఒకరు తేలికగా దొరకుతారు

### అదృష్టం ప్రతివారి

తలుపు తట్టుతుంది!

జీవితంలో ఏదో ఒకసారి అదృష్టం ప్రతి వ్యక్తి తలుపు తట్టుతుంది. అయితే అనేక సందర్భాలలో ఆ వ్యక్తి పొరుగునున్న నిలూలో ఉండి అమె పిలుపు విన్నించుకోకపోవటం జరుగుతుంది.

—మార్క్ ట్వెన్

### హనీమూన్!

హనీమూన్ - కొత్త యజమాని దగ్గర వని చేసే ముందు ఒక వ్యక్తి తీసుకునే (విశ్రాంతి) నిలవు కాలం.

### నిఘంటువు

వివాహానికి ముందే విడాకులు వచ్చే ఏకైక స్థానం - నిఘంటువులోనే

### ప్రాఫెసర్!

ప్రాఫెసర్. తాను ప్రాఫెసర్ పట్టం పొంది, స్వయంగా తప్పించుకునేందుకు ప్రయత్నించిన జీవిత సమస్యల్ని ఏ విధంగా పరిష్కరించాలో విద్యార్థులకు బోధించవలసిన వ్యక్తి.

### చెప్పేది ఏమీ ఉండదు!

ప్రపంచంలో నగ భాగం చెప్పదగినది ఉన్నప్పటికీ చెప్పలేకపోతున్న వారితోనూ - మరో నగ భాగం, చెప్పేది ఏమీ లేకపోయినా, దాన్ని గురించి వాగుతూ ఉన్నవారితోనూ సమకూర్చబడి ఉన్నది.

—రాబర్ట్ ఫ్రాస్ట్

### ప్రపంచంలో పెద్ద తాబేలు

ప్రపంచంలో పెద్ద నముద్రపు తాబేలుకు ఎక్కడా అనిపేరు. దీని బరువు 306 కి గ్రాములు హిందూ మహా నముద్రానికి నైఋతి దిక్కున గల బలి అవే బద్దెలో ఇది నివసిస్తుంది

'మిషా' సాజనంబిత

### రికార్డు

### భారత భవితవ్యం

భారత భవిష్యత్తు ఇటుకలతో నిర్మించబడ కూడదు - మెదడుతో తప్ప.

— ఎన్.వి. పార్థివాలా  
(వ్యాయాసానై కోవిదుడు)

"నిస్సందేహంగా బుద్ధి చుంచలమైనది. లోగడంబట్టికి వచ్చుచున్నది. అయితే నిరంతర ధ్యానం మరియు తపస్వితా చేరాలి. ముందుగా మనస్సును నియంత్రించాలి."

## ఎ.జె.సింగ్

ఈర్ష్య - మానవుని సంతోషాన్ని ధ్వంసం చేస్తున్నది. కేవలం అజ్ఞానం ఫలితంగా వచ్చేదే ఈర్ష్య సదవగాహన ద్వారా మనం దీని ప్రభావము నుంచి బయటపడ కల్గుతాము.



ఇలా తీవ్రవేదన పడుతున్న వ్యక్తిలో ఏదో పొరపాటు ఉన్నదని తెలియజెప్పే ఒక నిశ్చయమైన సూచన - ఈర్ష్య మనం ఈర్ష్యకు వశమైనామని త్వరగా గ్రహించుకో గలిగిన వెంటనే ఈ వ్యాధికి మూలం కనుగొనేందుకు మన మెదడును అన్వేషించజేయాలి. ఈర్ష్య (అనూయ) ప్రేమను ప్రకటించటమని భావించే వారు పూర్తిగా పొరపడినట్లే. ప్రేమ, అనూయ అనేవి రెండు విభిన్న వైఖరులు. వాస్తవానికి ఈర్ష్య ఎక్కడ ఉంటుందో ప్రేమ అక్కడ వర్ధిల్లదు. వివాహాన్ని ఈర్ష్య మాత్రమే గట్టి పరుస్తుందని భావించేవారు - రెండో భాగస్వామిని బయటికి వెళ్ళ గోడ్డేందుకు ఇది నిశ్చయ మార్గమని తెలుసుకోవాలి.

నీ భాగస్వామిని నీవు సొంతం చేసుకున్నావనే భావన యొక్క ప్రత్యక్ష ఫలితమే - ఈర్ష్య ఇటువంటి ఆలోచన ఒక భ్రాంతి మాత్రమే ఎవరూ ఎవరినీ సొంతం చేసుకోలేరు ప్రపంచ ప్రఖ్యాత మానవ శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ మార్గరెట్ మీడ్ అభిప్రాయం ప్రకారం అనేక మంది దంపతులకు వివాహం అంటే ఆర్థం ఎప్పుడూ కలసి ఉండటం, కలసి పనిచేయటం (ఒక భాగస్వామికి దీనిలో నంతోషం లేకపోయినా) ఆధిపత్యానికి మరోపేరు 'కలసి ఉండటం' ఇదే ఈర్ష్యను పెంచుతుంది.

నీవు ఒక వ్యక్తిని "సొంతం" చేసుకుంటే అతడు కానీ, ఆమె కానీ మీ సంపదలో ముగ్గు మాత్రమే అవుతారు దీనివల్ల తేలికగా అర్థమయ్యేదేమిటంటే రెండవ వ్యక్తి వ్యక్తిగతమైన గుర్తింపు లేదనీ, అతడు యజమానిని మించి ఏమీకాడని తెలుస్తుంది. ఇటువంటి భావధోరణి అనహజమైనది కనుకనే ఈర్ష్య ప్రవేశిస్తుంది, వృద్ధి పొందుతుంది

తన భాగస్వామిని కోల్పోతున్నాననే భయం వల్లనే ఒకరిలో ఈర్ష్య పుట్టుకొస్తుంది. ఇక

ప్రతిభా

ప్రపంచంలో ఎక్కువ దేశాలతో (16 దేశాల భూనరిహద్దులున్న దేశం బైనా. ఉత్తర కొరియా రష్యా తజిక్స్తాన్ కిర్గిజ్స్తాన్ కజాఖ్స్తాన్ మంగోలియా ఆఫ్ఘనిస్తాన్, పాకిస్తాన్, ఇండియా, నేపాల్, భూటాన్ మయన్మార్ (బర్మా), లావోస్, వియత్నాం, మకావ హంకాంగ్ దేశాలతో బైనాకు భూనరిహద్దు ఉంది



ప్రేమించిన వారి విషయంలో, రెండవవ్యక్తి అనురాగాన్ని పొందే అద్వితీయ స్థానాన్ని గురుతర స్థానాన్ని ఇకముందు తాను అక్రమించలేననే భయంవల్లనే ఈర్ష్య ఏర్పడుతుంది.



ఒకే సమయంలో ఒక వ్యక్తిని మాత్రమే ప్రేమించగలుగుతామనే పొరపాటు నమ్మకం వల్ల ఈర్ష్య ఉద్భవిస్తుంది. కనుక ఒక భాగస్వామి మరోవ్యక్తి అభిమానాన్ని చూరగంటే రెండో భాగస్వామి వట్ల అతని ప్రేమ తగ్గినట్లు భావించటం జరుగుతున్నది

మనం ఎందుకు ఈర్ష్యాళువులమౌతున్నాము? అదొక స్వాభావిక ప్రవృత్తి. మనం దానితోనే పుట్టాము. తల్లి తండ్రి మధ్యగల సంబంధం గుర్తించిన బిడ్డ తనను వదలి చేశారని భావిస్తుంది. అలా ఈర్ష్యకు చెందిన మొదటి వ్యధ అనుభవిస్తుంది. కొన్నేళ్ళ తరువాత బాలబాలికలు జటిల భావాన్ని పెంపొందించుకుంటారు. బాలిక తన తల్లిపట్ల, బాలుడు తన తండ్రి పట్ల ఈర్ష్య వహిస్తారు. వారి తల్లిదండ్రులు ఒకరినొకరు ప్రేమించుకోవటమే దీనికి కారణం.

ఒక మనస్తత్వ శాస్త్రవేత్త ఆల్బర్ట్ ఎలిస్ 'అభిప్రాయం ప్రకారం "యాజమాన్యం" అనే భావం కలిగేందుకు వివాహ ఒప్పందం బాధ్యత వహిస్తుంది. నీవు ఒక వ్యక్తితోనే ముడిపడి ఉండాలనే అభిప్రాయం కలిగిస్తుంది. ఈ విశ్వాసమే ఈర్ష్య అభివృద్ధి చెందేందుకు నేరుగా తోడ్పడుతుంది.

నీవు ఈర్ష్య నుండి బయటపడేందుకు కొన్ని చర్యలు తీసుకోవాలి. ఈర్ష్యకు సంబంధించిన సవలను ఉమ్మడిగా చదవడం, పార్టీలలో ఈర్ష్యాళువుల వైఖరి గమనించటం, వీరిని గురించి వార్తాపత్రికలలో చదివి నీ భాగస్వామితో చర్చించడం - ఈర్ష్య నుండి బయటపడేందుకు ఉత్తమమార్గాలు

నీలో నీకు విశ్వాసం ఉండాలి నీకులేని అన్నిగుణాలు నీవిరోధికి ఉన్నాయనే కారణం వల్లనే సాధారణంగా ఈర్ష్య తలెత్తుతుంది. నీకంటే ఆమె అన్నివిధాల అధికురాలనే అభిప్రాయం కూడా దీనికి కారణమౌతుంది. తన ప్రత్యర్థి యొక్క - నిరోధించలేని అందం వల్ల తన పురుషుడు జయించబడ్డాడని ఒక స్త్రీ భావించవచ్చు. తన ప్రత్యర్థికి విజయం అతని శారీరక ఆకర్షణ కారణంగా లభించిందని ఒక పురుషుడు భావించవచ్చు. కనుక నీ అంతర్గత విశ్వాసాన్ని అభివృద్ధి చేసుకుని, నీకు అధికంగా ఉన్న ప్రత్యేక లక్షణాలను పెంపొందించుకోవటం అవసరం. ఈర్ష్యకు ప్రతిగా నీవు చేసుకునే రక్షణ ఏర్పాట్లకు ఇది అండగా నిలుస్తుంది.

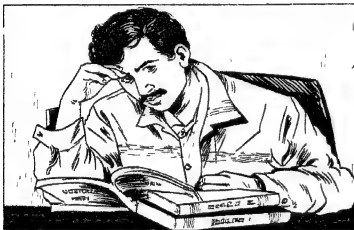
— "హర్వాన్ రివ్యూ" సౌజన్యంతో

"తమ పాపాలకు క్షమాపణలు కోరేవారే మీ పాపాలను - ఏవైనా ఉంటే - క్షమించేందుకు తీరస్కరిస్తారు."

## సురక్షితమైన మంచినీరు

దాదాపు 1.2 బిలియన్ ప్రజలు సురక్షితమైన మంచినీటి సదుపాయాన్ని పొందలేక పోతున్నారు.

## 3 మిలియన్ శిశువుల మృతి



రక్షణ వ్యూహ నివారించ గలిగిన వ్యాధుల వల్ల ప్రతి సంవత్సరం దాదాపు 3 మిలియన్ మంది శిశువులు మృతి చెందుతున్నారు.

## సంవత్సరానికి 1 మిలియన్ స్త్రీల మరణం

నిరోధించ గలిగిన వునరుత్పత్తికి సంబంధించిన ఆరోగ్య సమస్యల వల్ల ప్రతి సంవత్సరం ఒక మిలియన్ మంది స్త్రీలు మరణిస్తున్నారు.

## చదవలేరు, వ్రాయలేరు

1 బిలియన్ వయోజనులు చదవలేరు, వ్రాయలేరు.

## అదృశ్యారణ్యాలు

ప్రతి సంవత్సరం దాదాపు 17 మిలియన్ హెక్టార్ల మేరకు అరణ్యాలు అదృశ్యమౌతున్నాయి.

## పలచన అవుతున్న ఓజోన్ కవచం

కేవలం కొన్ని సంవత్సరాల క్రితమే శాస్త్రజ్ఞులు భావించినంత త్వరితగతిలో రక్షిత ఓజోన్ కవచం రెండురెట్లు పలచన అయిపోయింది.

## ప్రపంచ జనాభా పెరుగుదల

సంవత్సరానికి ప్రపంచ జనాభా 92 మిలియన్ మేరకు పెరుగుతున్నది. ఇంచుమించుగా ప్రతి సంవత్సరం మరో మెక్సికోను జనాభాకు కలుపుతున్నట్లే.

## ప్రతిరోజు నశించే మొక్కలు, జంతుజాతులు

ప్రతిరోజు అథమవక్షం 140 మొక్కలు మరియు జంతుజాతులు పనికి రానివిగా నిర్ణయించబడి నశించిపోతున్నాయి.

## పాఠశాలల్ని చూడని పసివారు

ప్రాథమిక పాఠశాలలకు వెళ్ళే వయస్సు గల 100 మిలియన్లకు పైగా పిల్లలు పాఠశాలలకు వెళ్ళకుం లేదు.

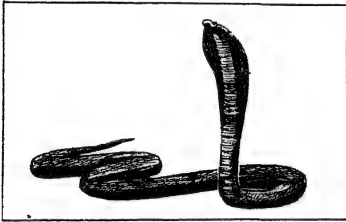
## ఇండియాలో మొదటి గైరోకాపర్

బెంగళూరులోని ఇండియాన్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్ లో ఇండియా మొదటి గైరోకాపర్ నిర్మించబడింది. "నగ్నంగా" ఇది హెలికాప్టర్ను ప్రతిబింబిస్తుంది. ఇది ఒక విమానానికి, ఒక హెలికాప్టర్ కు 'సాంకర్ష్యం' గా ఉంటుంది.

"ఆశావాది పెండి ముద్దను చూస్తే నిరాశావాది రంధ్రాన్ని చూస్తాడు."

### 3.ఎస్.ఎన్. మూరి

ఇండియాలో సరీసృపాలు - ప్రాణ జంతువులు లేదా అల్లుకుని మెల్లగా పోయే జంతువులు - ఇంకా నిర్లక్ష్యం చేయబడుతూనే ఉన్నాయి దీనికి కారణం, వీటి రహస్య మనుగడ రీతి, ఇవి ప్రమాదకరమైనవి లేదా విషపూరితమైనవి అనే మనిషి యొక్క హేతురహితమైన పొరపాటు అభిప్రాయం సరీసృపాలు అనేక సూక్ష్మమైన, వరోక్ష వర్షతుల ద్వారా మానవాళికి సేవ చేస్తున్నాయని మనలో చాలామందికి తెలియదు.



మరణించిన, రోగగ్రస్తమైన చేపలను తినటం ద్వారా మొసళ్ళు మన తటాకాలను, ఏరులను పరిశుభ్రం చేస్తున్నాయి. మరొకరీతిగా ఆరోగ్య భంగం కల్పించగల అనేక రోగగ్రస్తమైన, గాయపడిన జంతువులను ఇవి స్వాధీనం చేసుకుని భక్షిస్తాయి ఇదేవిధంగా మంచినిటి తాబేళ్ళు అవయవాలు గల మృతప్రాణులను భక్షించటం ద్వారా జలచరమైన వరిసరాలను బువ్వం నుండి రక్షిస్తాయి. అనేక రకాల సూక్ష్మజీవుల్ని అత్యధిక సరీసృపాలు భక్షించి - మనిషి నిల్వ చేసుకున్న ఆహారపదార్థాలను లేదా నారలను ధ్వంసం చేయకుండా చీడ

పురుగుల నుంచి రక్షిస్తాయి. మానిటర్ (పెద్ద సరీసృపాలు పొరిశుద్ధ్యం పనివారి పలే మనకు నహాయకడతాయి ఎండ్రకాయలు, పీతలు పేడపురుగులు, నత్తలు వంటి కొబ్బరి చీడలు మరియు వంటలను నాశనం చేసే ఉడతలను ఎలుకలను సరీసృపాలు నాశనం చేస్తాయి ఎలుకలను, చిట్టెలుకలను నాశనం చేసే పాములలోని కొన్ని రకాలు - మానవులక ఉపయోగకరమైనవి.

ప్రాచీనకాలం నుండి మనిషి సరీసృపాలను తన వ్యాధుల చికిత్సకు బాధానివారణక స్రావానికి ఉపయోగించుకుంటున్నాడు మానిటర్లోని జిగురు కొవ్వు వృద్ధుల కంటి దృష్టి దెబ్బ తింటున్నప్పుడు చికిత్సగా ఉపయోగిస్తున్నారు. త్రాచుపాము కాటు నుండి రక్షించే గరళం కూడా విషనర్మం నుంచే పిండుతారు. ఒక బ్రతుకును ఆరే విషమే ఆ బ్రతుకును నిలబెడుతుంది కూడా.



### ప్రపంచంలో అతి చిన్న శునకం

ఒకటి నుంచి ఆరు పౌండ్లు బరువు తూగిది, కొంతవంతమైన కళ్ళుగలది, శక్తి శాలి అయిన మెక్సికో - చిహుఅహూవా - ప్రపంచంలోని అతి చిన్న శునకం. దీని రంగు, (లేతరంగు) నలుపు నుంచి చాకలెట్, తెలుపులో ఉంటుంది ఈ శునకం ఆకర్షణీయంగా, త్వరితంగా కదిలేదిగ ఉంటుంది. ఇవి తరచుగా సాచనమైన ముఖవైఖరిని ప్రదర్శిస్తుంది.

“మీరు ఒక సంచిత్రవానికి ప్రత్యేక చేయవలసి మనస్సు వాటిని ప్రత్యేక చేయవలసి - చెప్పి నాకుంటే ఉండవలసి - వధులం చేసుకుంటే - మానవాళికి విద్య గరవండి.” - రవీంద్ర

# సుప్రసిద్ధ భారత మహిళలు

జి.ఎం. జగ్గియాని

ప్రాచీన కాలంలో లేదా మధ్యకాలంలోని భారత స్త్రీలు వివాహానికి ముందు తమ తండ్రులకు, వివాహానంతరం తమ భర్తలకు, మాతృత్వం వహించిన తర్వాత తమ కుమారులకు బానిసలని చెప్పటం యదార్థం కాదు



ప్రాచీన ధర్మశాస్త్ర నిర్మాత - మనువు - స్త్రీని ఒక బానిసగా తక్కువ స్థానంలోకి నెట్టడనే అవకీర్తి పొందాడు. తన "మనుస్మృతి"లో అతడు చెప్పిన మాటలను మనం మర్చిపోయాము. అతడు ఇలా చెప్పాడు "ఎక్కడ స్త్రీలు గౌరవించబడతారో, అక్కడ దేవతలు సంతృప్తి చెందుతారు. ఎక్కడ వారు అగౌరవించబడతారో, అక్కడ మతసంబంధమైన కర్మలన్నీ (ఆచార విధులన్నీ) నిష్ప్రయోజనాలవుతాయి"

మనువు ఇంకా ఇలా చెప్పాడు "భార్య గర్భ చేత గౌరవించబడి తీరాలి." మనువు స్త్రీలను అత్యంత గౌరవభావంతో చూశాడని మనం మర్చిపోకూడదు. అతడు ఇలా చెప్పాడు:

"ఇతరులకు రక్షణమైన దాన్ని తేలికగా చేయగలటం - సామర్థ్యానికి చిహ్నం. మనస్థిరమైనది సామర్థ్యంతో చేయగలగటం అసాధారణ ప్రవృత్త్యావలక్షణం."

"గర్భిణి స్త్రీలు, పెండ్లి కుమార్తెలు మరియు కన్యలు - అతిథులకంటే ముందుగా భోజనం చేయాలి." మనువు మాదిరిగా ఏ ప్రాచీన ధర్మ నిర్ణయకర్త స్త్రీల హక్కుల గురించి ఇంతటి వాగ్దాతా చేపాడు?

రాణి కైఫాయికి వ్యతిరేకంగా రామాయణం ఏమి చెప్పినప్పటికీ, అసమాన ధైర్య సాహసాల గలది - ఈ వీరవనిత. తన భర్త దశరథుని తరువాత యుద్ధ రంగంలో తన సాహస కార్యాన్ని ప్రదర్శించింది.

గుర్రా మహారాణి దుర్గావతి అక్కర్ యొక్క ఆశలు, కుట్రలు, పన్నుగడలపై పోరాటం జరిపి తన శిశువు హక్కులను రక్షించుకున్నది గాయపడిన పులివలే పోరాడి ఎందరో సేనాధిపతులను అధిగమించింది.

1857లో జరిగిన భారత స్వాతంత్ర్య పోరాట సమయంలో ఝాన్సీకి చెందిన రాణి లక్ష్మీబాయి తన తీవ్ర విరోధి సర్ హెన్రీ రోజ్ నుండి "ధైర్యంగలు ఉత్తమ పురుషుడు"- అని ఒక ఈర్ష్యా ద్వేషాలతో కూడిన ప్రశంస పొందింది.

ప్రాచీన భారతంలో స్త్రీలు నిర్వహించిన పాత్రకు బృహదారణ్య కోపనిపత్తు - ఒక తగిన యోగ్యత పత్రం అది ఇలా చెబుతున్నది. "స్త్రీ పురుషుల కలయిక వల్లనే జీవితం సంపూర్ణమౌతుంది స్త్రీ పూర్తి చేసే పాత్ర నిర్యుతాణ ద్వారా పురుషుని జీవితం పరిపూర్ణమౌతుంది."

వాజసనీయ బ్రాహ్మణం కూడా ఇలా చెప్పింది. "పురుషునిలోని సగ భాగమే స్త్రీ." ఒక పురుషుడు

— అమియన్

స్త్రీకి సమర్పించిన అత్యంత శ్రేష్ఠమైన నివాళి ఇదే.

మన చరిత్రలో స్త్రీ పురుషునితో సమానమైన స్థానం అలంకరించింది గార్గి - ఒక విదుషిమణి అనేకమంది చండితులను, విద్వాంసులను కఠినమైన వాదనల్లో ఓడించి, వారిని లజ్జా భరితుల్ని చేసింది. తార ఎంతో వివేకవతి అనేకమంది ప్రతిభావంతులు ఆమె పదునైన చమత్కారానికి, బుద్ధి కుశలతకూ ఓడిపోయి ఆమె ముందు కంపించిపోయేవారు.

అందరిచేత వదలి వేయబడిన - తన భర్తల చేత కూడా - ద్రావడి కారవుల ఆస్థానంలోకి అవమానకరంగా ఈడ్చుకు రాబడినప్పుడు - ఆమె నిర్భయంగా అక్కడ సమావిష్టులైన కులీనుల్ని, వివేకవంతుల్ని ఇలా అడిగింది, "పాచికల ఆటలో నా భర్తలు తాము ఓడిపోయి సంత మాత్రాన తనను కూడా వందెం కాసేందుకు వారికి ఏమి హక్కు ఉంది?" ఇది యుక్తమైన 'ప్రశ్న'ే దీనికి ఆ మహా విద్వాంసులనుండి, గొప్ప యుద్ధ వీరులనుండి సమాధానం లేదు!

యుద్ధ భూమిలో తన భర్త చెంత నిల్చినప్పుడు ఒక మోకాలును కోల్పోయిన రాణి ఏళ్ళు కంటి రెప్పను అల్లల్లార్చుటం కానీ, అశ్రువీందువు రౌతుటం కానీ చేయలేదు. పురుషులకంటే ఆమె అనమానమైన సాహసవంతురాలు

మహిళా దేశభక్తురాలైన ప్రదర్శించిన అనేక సాహస కార్యాల గాథలతో భారత స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం అలంకృతమైనది ఇద్దరు మువతులు - బెంగాలీకు చెందిన సరళాదేవి వాఘరాణి, బసంతిదాస్ - శక్తివంతమైన బ్రిటిష్ వారికి వ్యతిరేకంగా గొప్ప పోరాటం నిర్వహించారు. బీనాదాస్ (తరువాత బీనా భామిక్ గా పేరొందింది), కలకత్తాకు చెందిన ఒక పట్టు

భద్రురాలైన యువతి. తన కళాకాల వార్షిక స్వాతంత్ర్యవంతు బెంగాల్ గవర్నర్ సర్ స్టాన్లీ జాకీన్సన్ ను బహిరంగంగా సవాల్ చేసింది ఈ పని చేసినందుకు పట్టుబడి, అరెస్టయి, దీర్ఘకాలం కారాగారవాస శిక్షకు గురైంది.

గాంధీజీ ఉద్యమాలు భారత స్త్రీలను ముందు భాగానికి తీసుకు వచ్చాయి వారి సంకెళ్ళు బ్రద్దలు కొట్టాయి

స్త్రీలలో మన దేశంలో ఉన్నంత మంది మంత్రులు, పార్లమెంట్, శాసన సభల సభ్యులు, దౌత్యవేత్తలు, న్యాయమూర్తులు, కార్మికద్యమ నాయకులు - ప్రపంచంలోని మరే దేశాల్లో ఉన్నారా? నిస్సందేహంగా - యునైటెడ్ స్టేట్స్ యూరోపియన్ దేశాల్లోని కార్యాలయాల్లో మహిళా కార్యదర్శులు ఎక్కువ మంది ఉంటే ఉండవచ్చు కానీ ప్రధాన ప్రశ్న ఏమిటంటే - మన దేశంలో మూడిరిగా - న్యాయశాఖ మరియు నీతిశాస్త్రం, రాజకీయాలు మరియు దౌత్యనీతి, విదేశీ వ్యవహారాలు, యుద్ధం వంటి నిర్ణయాత్మకమైన ప్రధాన శాఖలు - ఎన్ని దేశాలు తమ స్త్రీలకు ఇవ్వటం జరిగింది? ఇండియాలో వలే ప్రపంచంలోని ఏదేశం కూడా - అభివృద్ధి చెందిన దేశం కానీ, పర్షియా దేశం కానీ - ఇంతటి భావ స్వాతంత్ర్యం, కదలిక (చలనం), వృత్తి (పని) బదిలీ, విధాన నిర్ణయం, ఒప్పుదాటపై సంతకాలు చేయటం - వంటివి తమ స్త్రీలకు ఇవ్వలేదు.

## అర్ధాలే వేరులే

ఒక దౌత్యవేత్త 'అవును' అని చెబితే "కాబోలు" అని అర్థం అతడు "కాబోలు" అని చెబితే "లేదు" అని అర్థం. అతడు "లేదు" అని చెప్పితే - అతడు దౌత్యవేత్త కాదు!

"ప్రధానంగా సుదీర్ఘంగా నడిచే అలవాటు మాత్రమే ఇంగ్లండ్ లో వేసు నివసించిన కాలంలో - నన్ను వ్యాధుల నుంచి కాపాడింది, నాకు చక్కని దృఢ శరీరాన్ని అందించింది." — గాంధీజీ

# మహాత్ముని ఉంగారు పు

అత్యర్హణకు, స్యచ్చతకు నిలయం  
సప్పుడు స్రీకి విలువ లేదు.

హక్కులకు వాస్తవమైన మూలాధారం - కర్తవ్య  
ర్యహణ. మనం మన కర్తవ్య నిర్వహణ  
సినట్లయితే హక్కులు పొందెందుకు ఎంతో  
లారంలో ఉండము మన విధులు నిర్వర్తించ  
ండా హక్కుల కోసం పరుగెత్తినట్లయితే  
వి మనల్ని దాటి పోతాయి. మనం ఎంతగా  
గటిని వెంబడిస్తే అవి అంత త్వరితంగా  
గిరిపోతాయి.



మీరు వున్నకాలు వరించవచ్చు కానీ అవి  
మమ్మల్ని ఎక్కువ దూరం తీసుకెళ్ళలేవు.  
మలోని ఉత్తమత్వాన్ని బయటికి తెవటమే  
జమైన విద్య అన్నించుకుంటుంది. మానవత్వం  
నే వున్నకం కంటే వేరొక ఉత్తమ గ్రంథం  
మి ఉంటుంది?

ప్రపంచం అధివత్వం వహించిన వటిష్ట  
ంతమైన శక్తి - ప్రేమ. మరియు అది  
నయం గల కల్పనా రూపము. ప్రేమ

ఎక్కడ ఉంటుందో, దేవుడు కూడా అక్కడే  
ఉంటాడు

జీవితంలో స్యచ్చమైనవి మరియు ధార్మిక  
మైనవి అయిన వాటన్నిటికీ స్త్రీలు ప్రత్యేక  
సంరక్షకులు స్యభాపరీత్యా మితవాదులై  
నందువల్ల, మూఢాచారాలను విడనాడటంలో  
అలస్యం చేస్తారు. అలాగే జీవితంలో స్యచ్చ  
మైనవి, గంభీరమైనవి వదిలి పెట్టెందుకు  
కూడా అలస్యం చేస్తారు

ఎవరైతే చిటునవ్వల్సి ధరించరో వారు  
పూర్తిగా దుస్తులు ధరించినట్లు కాదు.

ఒక అభివృద్ధి చెందిన కంతం నుండి  
ఉత్తమ సంగీతం సృష్టించే కళాసు అనేకమంది  
సాధించవచ్చు కానీ ఒక స్యచ్చమైన జీవితమనే  
మధురస్వరము నుండి అటువంటి సంగీతకళను  
పెంపు చేయటం చాలా అరుదుగా జరుగుతుంది

అన్ని కళల కంటే జీవితం గొప్పది. పరి  
పూర్ణత్వానికి చేరువ కొచ్చిన జీవితం గల మానవుడే  
అత్యంత గొప్ప కళాకారుడని నేను ప్రకటిస్తాను.  
సాజన్యతగల జీవితం యొక్క గట్టి పునాది  
లేని కళ ఏమిటి?

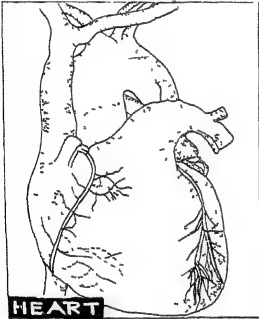
మన ప్రార్థన హృదయ పరిశీలన కోసం.  
భగవంతుని మద్దతు లేకుండా మనం నిన్న  
హాయిలమని మనకు అది గుర్తు చేస్తుంది.  
దాని వెనుక భగవంతుని దీవెన లేనట్లయితే  
ఉత్తమమైన మానవ ప్రయత్నం కూడా నివ్వల  
మాతుంది.

— 'మీరా' సాజన్యంతో

“భీరువులు తమ మరణానికి ముందుగా ఎన్నో చాపులు చస్తారు.  
కానీ పదాక్షమశాలి ఒకసారే మరణిస్తాడు.” — షేక్స్పియర్

## డా. వి. చౌక్కిలింగం

ప్రతివారి హృదయ పరిమాణం (పైజు) వారి సొంత పిడికిలి అంత ఉంటుంది ఇది దాదాపు 350, 400 గ్రాముల బరువు ఉంటుంది. ఇది పుట్టుకు పూర్వమే కొట్టుకోవడం ప్రారంభించి మనం జీవించినంతకాలం విశ్రాంతి లేకుండా పనిచేస్తూనే ఉంటుంది నిమిషానికి 72 సార్లు గుండె కొట్టుకుంటుంది



ఒక ఒక గంటలో, ఒక రోజులో, ఒక మానంలో, సంవత్సరాలకాలంలో ఎన్ని సార్లు గుండె కొట్టుకుంటుందో నీవు ఊహించుకోవచ్చు. మయో కార్డియం అని పిలువబడే గుండె కండరాలకు సరఫరా చేసే రక్తనాళాల ద్వారా అక్సిజన్ ను రక్తం మోసుకుని పోవటం వల్లనే హృదయ చలనం జరుగుతుంటుంది

గుండె కండరాలకు అక్సిజన్ అవశ్యకత మరియు కరెనరీ ధమనులకు అక్సిజన్ సరఫరా - ఆరోగ్యాన్ని ఎప్పుడూ క్రమపద్ధతిలో ఉంచుతుంది. వ్యాయామం, ఉద్రేకం (భావాచేతన), తిండి వగైరాలనుబట్టి గుండెకు అక్సిజన్

అవశ్యకత పెరుగుతూ ఉంటుంది అక్సిజన్ సరఫరా కూడా నివృత్తి ప్రకారం పెరుగుతుంది అక్సిజన్ యొక్క అవశ్యకత, సరఫరా క్రమపద్ధతిలో లేకపోయినట్లయితే, అది గుండెపోటుకు దారి తీస్తుంది కరెనరీ ధమనుల లోని అటంకం వల్ల ఇది ప్రధానంగా జరుగుతుంది దీని ఫలితంగా మయోకార్డియంకు రక్తం సరఫరా తగ్గిపోతుంది

ప్రాథమిక దశలో హృద్రోగం - అంగినా పెక్టోరిస్ గా వ్యక్తమౌతుంది ఇది మధ్య భాగంలో లేక ఎడమవైపు వచ్చే తీవ్రమైన గుండె నొప్పి అనంతరం ఈ వ్యాధి పెరుగుతున్న కొద్దీ ఇది మయోకార్డియల్ ఇన్ ఫార్క్షన్ లేదా గుండెపోటుగా పరిణమిస్తుంది

“గుండెపోటు” - అన్ని రకాల హృదయ పరిస్థితులలోనూ అత్యంత సాధారణంగా వచ్చే వ్యాధి. హైపర్ టెన్షన్ తో బాటు ఇది దాదాపు 90 శాతం గుండె జబ్బులను సృష్టిస్తుంది వర్తమాన దేశాలలోనూ మరియు అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలోనూ మానవులను చంపే వ్యాధులలో ఇది అగ్రస్థానంలోకి వస్తుంది

## ప్రపంచంలో కోసిన పెద్ద వజ్రం

ప్రపంచంలోని అతి పెద్దదైన కోసిన వజ్రం - దిస్టర్ ఆఫ్ అఫ్రికా నెంబర్-1 కుల్లినన్ వజ్రం నుంచి కోయబడింది 530.2 మెట్రిక్ కారట్ల బరువుగల ఈ వజ్రం ప్రస్తుతం బ్రిటీష్ (రాయల్) రాజచిహ్నంలో ఉన్నది

“మానవునికి గొప్ప అపసరస మరియు మానవుని గొప్ప రక్షణ విద్యకాదు - ప్రపరత్తన (స్వభావం) మాత్రమే.”

— హెన్రీ థామస్

ఈ వ్యాధి రావటానికి అనేక కారణాలు బాధ్యత వహిస్తాయి. ప్రధానమైనవి, ముందుగా రోగాన్ని ప్రోత్సహించే అపాయకర కారణాలివి. 1 అధిక రక్తపు పోటు, 2. అతి మూత్ర వ్యాధి, 3. పొగత్రాగటం, 4 స్థూల శరీరం, 5 రక్తంలో అధిక కొలెస్టరాల్ (కొవ్వు), 6. స్థూలం విడిచి కదలని జీవితం, 7. మానసిక ఉద్రిక్తత - మొదలైనవి.



వంశ పారం వర్యం - కూడా ప్రధాన పాత్ర వహిస్తుంది. కాన్వల్స్ క్రితం 50 సంవత్సరాల క్రింది వయస్సు గల వారిలో గుండెపోటు రావటం అరుదుగా ఉండేది కానీ ప్రస్తుతం ఇది సర్వసామాన్యమైంది. 25 నుండి 30 ఏళ్ళవారికి కూడా గుండెపోటు వస్తున్నది. పురోగమిస్తున్న నాగరికత, జీవితంలో ఒత్తిడి, శ్రమ, పరిసరాలకు అనుగుణంగా సద్దుకుపోలేక పోవటం, పొగ త్రాగటం, మద్యపానం వంటి దెబ్బ అలవాట్లు మొదలైనవి - దీనికి ప్రధాన కారణాలు.

పొగాకు ధూమంలో నైట్రజన్ మరియు ఆక్సైడ్స్, కార్బన్ మొనాక్సైడ్, కార్బన్ డయాక్సైడ్, నీటి ఆవిరి వంటి దాదాపు 270 సేంద్రియ మిశ్రమాలు (organic compounds) ఉంటాయి అత్యంత ప్రధానమైన, మరుకైన సేంద్రియ మిశ్రమం - నికోటిన్. పొగాకును అనేక రకాలుగా ఉపయోగిస్తారు.

సిగరెట్, చుట్ట, పైపిల్ ద్వారా లోనికి పీలుస్తారు. పొగ త్రాగని వారికంటే పొగత్రాగేవారిలో గుండెపోటు 5 నుండి 8+ రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటున్నది.

పొగ త్రాగటంతో కలిసి - ఉండే నికోటిన్ అడ్రినల్ మెడుల్లా మరియు మయోకార్డియం నుండి అడ్రినల్ను మరియు నాన్ అడ్రినల్ను సేకరించి పెడుతుంది. ఇది హృదయ చలనాన్ని పెంచుతుంది రక్తపుపోటు, కార్డియల్ ఉత్పత్తి ప్రమాణాన్ని పెంచుతుంది. తద్వారా మయో కార్డియల్ ఆక్సిజన్ డిమాండ్ నూ పెంచుతుంది. ఇది మయోకార్డియల్ బాధను పెంపు చేస్తుంది. ఇది వెంట్రీక్యులర్ అవరిపక్య నాడి స్పందనలను, వెంట్రీక్యులర్ టాక్ కార్డియాను ప్రేరేపిస్తుంది. అకస్మిక మృతి కలిగిస్తుంది అదే సమయంలో కరోనరీని సంకుచితం చేసి మయోకార్డియంకు ఆక్సిజన్ సరఫరాను తగ్గిస్తుంది నికోటిన్ రక్తంలో క్రొవ్వు అష్టూల పెంపుదలకు స్వేచ్ఛనిస్తుంది సెరమ్ కొలెస్టరాల్ ను ఖైదే సుగర్ ను మరింత గట్టిపర్చి పేరబెట్టుటాన్ని పెంపొందిస్తుంది. పొగ త్రాగటం వల్ల హృద్ధహం (Angina) వస్తుంది దీన్నే "టాబాకో ఆంగినా" అని పిలుస్తారు. ఇది సత్యర గుండెపోటును, తరువాత వచ్చే గుండెపోటును ప్రోత్సహిస్తుంది. కనుక పొగాకును ఒక విషపుమందుగా భావించి నిషేధించటం జరగాలి.

గుండెపోటు ఈ క్రింది విధంగా రూపొందు తుంది రోగి గుండెలో ఏదో అడ్డంకి ఉన్నట్లు భావించవచ్చు తొమ్ము ఎముక వెనుక, తొమ్ము మధ్య భాగంలో, గట్టిగా అదిమినట్లు, నొక్కినట్లు, అణచినట్లు, గుండెనొప్పి ఉండవచ్చు. ఈ నొప్పి సాధారణంగా - శ్రమపడటం వల్ల అధికంగా భుజించటం వల్ల, భావోద్రేకం చెందటం వల్ల - ప్రోత్సాహం పొంది - 5 నుండి 10 నిమిషాల వరకు కానీ లేదా గంటల తరబడి

"నా కంటి గ్రుడ్లను పెరిగించండి, అవి నన్ను చంపలేవు. నా ముక్కు కత్తిరించండి, అది నన్ను చంపలేదు, భగవంతునిలో నా విశ్వాసాన్ని పోటేచేయండి; నేను మరణించినట్లే." - మహాత్మాగాంధీ



కానీ ఉంటుంది ఇది ఒక్కొక్కసారి ఎడమ భుజం, వీపు, కడుపు, మెడ, దవడలకు వ్యాపిస్తుంది నెప్పతో బాటు - చమట వట్టుటం, మైకం, గుండె వేగంగా కొట్టుకోవటం మరియు శ్వాసక్రియలో ఇబ్బందులు ఏర్పడటం - జరుగుతుంది

హృద్రోగికి తొలి 3 నుంచి 5 రోజులు - అత్యంత ప్రమాదకరమైన. కాలం కనుక - ఏ హాస్పిటల్లోనైనా ఇన్ టెన్సివ్ కార్డియో కేర్ యూనిట్లో చికిత్స పొందాలి. ఇక్కడ నాడీస్పందన, రక్తపు పోటు, శ్వాసక్రియ, మరియు గుండె పనితీరు - గురించి ఎడతెగ కుండా ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటారు వీరికి ఆక్సిజన్, ప్రశాంతి కలిగించే మత్తుమందు ఇస్తారు. గుండెకు ప్రత్యేకమైన మందులు ఇస్తారు ఈ సమయంలో వీరికి పూర్తిగా శారీరక, మానసిక విశ్రాంతి అవసరమవుతుంది

ఈ క్లిష్ట పరిస్థితి తరువాత, వీరిని ఇన్ టెన్సివ్ కేర్ యూనిట్లో నుండి రోగికి కేటాయించబడిన వార్డుకు తరలిస్తారు అక్కడ కనీసం మూడు వారాలు ఉంచుతారు ఆస్పత్రినుంచి విడుదల కాగానే కనీసం మూడువారాల పాటు పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవాలి వారి హృదయస్థితికి అనుకూలంగా ఉన్నట్లయితే అప్పుడు తమ పనిలో నిమగ్నమయ్యేందుకు అంగీకారం పొందుతారు గుండెకు రక్తం సరఫరా చేసేందుకు, రక్తనాళాలు మరింతగా కుంచించుకుపోకుండా కాపాడేందుకు, హృదయం యొక్క కార్యకలాపాలను క్రమబద్ధం చేసేందుకు - గుండె (జబ్బు) మందులు ప్రధానంగా పనిచేస్తాయి.

గుండెపోటు వచ్చిన రోగులు నెయ్యి, వెన్న, జున్ను, కొబ్బరినూనె, గ్రుడ్డులోని పచ్చసాని, గింజలు (చిత్తులు), మీగడ, పెద్ద చేపలు, కాలేయం, మెదడు మరియు మూత్రపిండాలను తీసుకోవటం మానివేయాలి. ఏరు ఆకువచ్చని

కూరలు, కూరగాయలు, ఉల్లిగడ్డలు, వెల్లుల్లి, సన్నని చేపలు, గ్రుడ్డులోని తెల్లసాని తీసుకోవచ్చు. వేయించిన ఆహారం కంటే ఉడకబెట్టిన ఆహారపదార్థాలు వీలైనంతవరకు తీసుకోవటం మంచిది

పంట పండేందుకు సువ్వల నూనె మరియు ప్రొద్దు తిరుగుడు చెట్టు నూనె ఉపయోగించవచ్చు ఈశాకనంబంధమైన నూనెలు క్రొవ్వ చేరకుండా అరికట్టుటమే కాక రక్తంలో వృద్ధి అయిన క్రొవ్వను కూడా అరికడతాయి

కడుపునుండా ఎవరూ తినకూడదు ప్రతి భోజనం తరువాత 45 నుంచి 60 నిమిషాలపాటు విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. పడుకున్న భంగిమనుంచి లేవగానే ఒక నిమిషం సేపు కూర్చోవాలి. బరువైన వస్తువులను మోయరాదు. మెట్టు ఎక్కేటప్పుడు నెమ్మదిగా ఎక్కాలి. ఎందుకంటే అప్పుడు గుండె కనీసం 10 రెట్లు ఎక్కువగా పనిచేయాలి గనుక పొగ త్రాగటం, అధిక మానసికాందోళన స్థితి, మధుమేహం, స్థూల శరీరం, రక్తంలో అధిక కొలెస్టరాల్ వీటిని ముందుగానే అదుపు చేసుకున్నట్లయితే గుండెపోట్లు రాకుండా కాపాడుకోవచ్చు

— ఎం.ఎం.ఎ. బులిటెన్

## ఆరోగ్య సూచనలు

\* సాయంకాలం కానీ మధ్యాహ్నం కానీ పొదరక్షణ కొనండి ఆ సమయంలో పాదాలు వెడల్పుగా సా. ఉంటాయి

\* మీ పాదాలు తేలికగా అలసటకు లోనైతే ఒక కుర్చీలో కూర్చొని కాళ్ళను తిన్నగా చాచి, పాదాలను (మీముందు) వట్టుకుని ఉండండి. రెండు మార్గాలలో నెమ్మదిగా చక్రం వలే వాచిన చుట్టండి

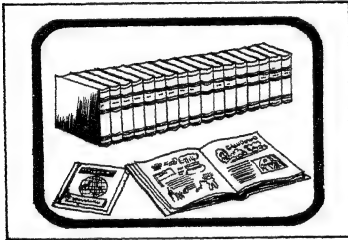
“మూర్ఖులకి వివేకం బోధించడం వృథా శ్రమ; బోగ్గుని ఎంత కడిగినా తెల్లబడదు.”

-కవీరు

ప్రపంచంలో అరుదైన తపాలాలిళ్ళు

1856 లోని మగెంటా బ్రిటిష్ గుయానాపై విడుదల చేసిన 1 సెంట్ బ్లాక్ - ప్రపంచంలోని అరుదైన తపాలాలిళ్ళు. ఇది 1980 ఏప్రిల్ 5 న న్యూయార్క్ (యుఎస్ ఏ)లో 850,000 డాలర్లకు విక్రయించబడింది.

చంద్రునిపై మొట్టమొదటి రోబోట్ వాహనం



1970 నవంబర్ 10 న యుఎస్ఎస్ఆర్ - లూనా 17 - వ్యోమ శకటాన్ని చంద్రునిపై యాత్రకు పంపింది. ఈ వ్యోమశకటం మీద మొదటి చంద్రుని రోబోట్ వాహనం - లూనా బోట్ - 'మూన్ వాక్' ఉన్నది. ఇది "సీ ఆఫ్ రెయిన్" పైన నిలవగా చంద్రుణ్ణి అన్వేషించేందుకు రిమోట్ కంట్రోల్ ద్వారా ఈ వాహనాన్ని నడిపించటం జరిగింది

12 టన్నుల వృషభ ఏనుగు

భుజాల వరకు 13 అడుగుల 2 అంగుళాల ఎత్తు, 12 టన్నుల బరువు కల ఒక అఫ్రికన్ వృషభ ఏనుగు 1955 నవంబర్ 13 న

మక్కుస్సోకు వాయవ్య దిశగా 48 మైళ్ళ దూరంలో కాల్చి చంపబడింది 1959 మార్చి 6 న ఇది వాడింగ్టన్ డి సి (యునైటెడ్ స్టేట్స్) లోని స్పిత్ సోనియన్ ఇన్స్టిట్యూషన్లో భద్రపర్చబడి ప్రదర్శించబడింది

వాద్యపరికరానికి లభించిన అత్యధిక మొత్తం

1884లో తయారు చేసిన ఒక పియానో 1981 లో న్యూయార్క్ (యుఎస్ ఏ) లో 390,000 డాలర్లకు వేలం వేయబడింది. ఒక వాద్య పరికరానికి బహిరంగ వేలంలో చెల్లించిన అత్యధిక మొత్తం ఇదే. ఈ పియానోను లారెన్స్ అల్వా టడేరా రూపొందించాడు

అతి చిన్న పడవ

హ్యూగో ఎస్ విహెలెన్ యాజమాన్యంలో "ది ఎప్రిల్ ఫూలో" అనబడే తెరచాప పడవ (5 అడుగుల 11 7/8 అంగుళాలు) అట్లాంటిక్ సముద్రంలో ఇంతవరకు ప్రయాణం చేసిన అతిచిన్న పడవగా పేరొందింది. 1968 లో ఈ పడవ 85 రోజుల్లో అట్లాంటిక్ లో అటు నుంచి ఇటు ప్రయాణించింది

**నమ్మకశీల నిజాలు**

పేరులోనే పెన్నిధి

ఇజ్రాయిల్ (పశ్చిమాసియా) లోని ఒక చిన్న గ్రామం పేరు - మార్గాలాను తమ పేరుగా 7 మిలియన్ డ్రీలు పెట్టుకున్నారు. జీనస్ క్రీస్తు శతాబ్దాల పూర్వం నడిచిన ఈ గ్రామం పేరు మీదుగా - మార్గలీన్, మాడలీన్, మడిలన్, మగ్లేని - మొదలైన పేర్లు రూపొందాయి.

"సార్వభౌమత్వం దుర్విద్యోగపడదున్నది స్వేచ్ఛానుభూతిలోనే సాధ్యమవుతుంది."

—ఫర్నాంజో

## పసిఫిక్ సముద్రంలో పడవ నడిపిన ప్రథమ వ్యక్తి

1974 లో స్వీడన్ కు చెందిన - తెగ్గత్ పడవ నడిపే అండర్స్ స్వేడ్లండ్ పసిఫిక్ మహా సముద్రంలో పడవ నడిపిన ప్రథమ వ్యక్తిగా రూపొందాడు. దీనిని సాధించేందుకు అతనికి 118 రోజులు పట్టింది

## ఏకకాలంలో నిర్వీరామంగా సాగిన చదరంగం పోటీ

1979 మే 14 న స్విట్జర్లాండ్ కు చెందిన గణిత శాస్త్ర విద్యార్థి వార్నర్ హాక్ ఏకకాలంలో నిర్వీరామంగా సాగిన చదరంగం పోటీలో పాల్గొని ప్రపంచ రికార్డు స్థాపించాడు లుసెర్న్ (స్విట్జర్లాండ్)లో 25 గంటల్లో 560 మంది ఆటగాళ్ళతో పోటీపడి 385 గేముల్లో విజయం సాధించాడు, 126 గేముల్లో డ్రా అయ్యాడు, 49 గేముల్లో ఓడిపోయాడు

## ఇండియా రెండవ ఉపగ్రహం

ఇండియా రెండవ ఉపగ్రహం - బాస్కర-భూమి పరిశీలన కోసం ప్రయోగించిన ఉపగ్రహం - సోవియెట్ యూనియన్ లోని ఒక కాస్మోట్రాం నుండి 1979 జూన్ లో ప్రయోగించారు

## మొదటి మానవ గుండె

### మార్పిడి శస్త్రచికిత్స

సాత్ అఫ్రికాలోని కేప్ టౌన్ గ్రూప్ మర్ హాస్పిటల్ లో 55 సంవత్సరాల వయస్సు గల లూయీస్ వాష్ కన్ స్కిక్ ప్రాఫెసర్ క్రిస్టియన్ ఎన్. బర్నార్డ్ నాయకత్వంలోని 30 మంది వైద్యుల బృందం మొదటి గుండె మార్పిడి శస్త్రచికిత్స జరిపారు 1967 డిసెంబర్ 3న

ఉదయం 1 00 నుండి 6 00 గంటల వరక ఈ గుండె మార్పిడి శస్త్ర చికిత్స జరిగింది దీన్ని ప్రసిద్ధ శస్త్ర వైద్యుడు జరిపినా, రో 1967 డిసెంబర్ 21న మరణించటం జరిగింది

## 9 గాలన్లు పట్టే టీపాట్

9 గాలన్లు పట్టే ఒక టీపాట్ (290 కప్పులు) 4 అడుగుల 9 1/2 అంగుళాల చుట్టుకొలత కలిగి, 47 lbs బరువు కలది - 1971 జులై విల్ఫ్రైడ్ (ఇంగ్లండ్) లోని కోర్నంలో తయారై చేయబడింది

## మొదటి క్రాస్ వర్డ్ పజిల్

1913 డిసెంబర్ 21న "న్యూయార్క్ వరల్డ్" ఆదివారం అనుబంధంలో మొదటి క్రాస్ వర్డ్ పజిల్ ప్రత్యక్షమైంది. 1969 లో 7,347 చదరాలు మరియు 1,628 క్లూ (సంకేతాలు) గల ఒక క్రాస్ వర్డ్ పజిల్ మూడు ఆఫ్రికన్ వారా పత్రికలలో ఒక పూవులలో ప్రచురించబడింది.

## సాపేక్ష సిద్ధాంతం

ప్రసిద్ధ శాస్త్రవేత్త అల్బర్ట్ ఐన్ స్టైన్ త: "జనరల్ థియరీ ఆఫ్ రిలెటివిటీ" ని 1915 డిసెంబర్ 16 న ప్రచురించాడు

## వికెట్ కీపర్ గ్రేట్ ప్రతిభ

ఆస్ట్రేలియన్ వికెట్ కీపర్ వాల్ గ్రేట్ మొదటి తరగతికి చెందిన క్రికెట్ లో అత్యధిక సంఖ్య వికెట్స్ ఇన్స్టంట్ లో సాధించాడు 1959 - 61 సీరీస్ లో షెర్మన్ టీల్ కోసం బ్రిస్ బాన్ లో వెస్టర్న్ ఆస్ట్రేలియాకు వ్యతిరేకంగా క్వీన్స్ లాండ్ కోసం 8 మంది బ్యాట్స్ మెన్ ను అతడు చేజిక్కించుకున్నాడు

"పాతకలప బాగా ముందుతుంది; పాత ద్రాక్షరసం చాలా రుచిగా ఉంటుంది; పాత స్నేహితులు నమ్మదగ్గవారు; పాత పుస్తకాలు చదవదగ్గవి."

—బెకన్

## మహేంద్ర సారస్వత్

రాచ ఉసిరిక తేక ఆఱు ఫలం (ఇంగ్లీషులో గూస్ బెర్రీ) - విటమిన్ సి విలువలతో నిండి ఉంటుంది. సంస్కృతంలో ఆఱుఫలం శ్రీఫలం అని పిలువబడుతుంది



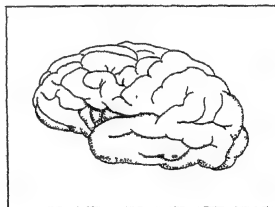
ఉసిరిక ఇండియా అంతటా విస్తృతంగా పెరుగుతుంది. ప్రాచీన భారత వైద్యులు వివిధ వైద్య ఔషధాలలో దీన్ని ఉపయోగించే వారు. క్షయ, బలహీనత, బరువు కోల్పోవటం, మరియు గాఢ్రో - ఇన్ ఫెసిస్ లో వైరుధ్యాలకు క్రిమింతమైన చికిత్సగా ఇది ఉపయోగపడుతుంది. ఊరగాయలు, పచ్చిత్తు మరియు కార్త్ర తయారీలో ఆఱుఫలం ఉపయోగించబడుతుంది.

గర్బిణీ సమయం మొత్తంలో క్రమంగా విటమిన్ 'సి'ని ఉపయోగించినట్లయితే ఖంటువ్యాధుల నుంచి నివారణ కల్గించటమే గాక ఇసుమును గ్రహించుకునేందుకు తోడ్పడుతుంది కూడా మానసిక అనారోగ్యంలో

విటమిన్ సి, చికిత్స తీక్షణతను క్రమేణా తగ్గించటమే కాక బ్రాంకి, భ్రమలు తరచుగా వచ్చే పరిస్థితిని కూడా తగ్గిస్తుంది. రోగి శాంతంగా ఉండి బాగా నిద్రించేందుకు తోడ్పడుతుంది.

ఆఱు ఫలాలను క్షయవ్యాధుల్లో ఉపయోగించటం - ఇండియాలో ప్రాచీన కాలం నుంచి వస్తున్న ఒక చికిత్సా విధానం. విటమిన్ 'సి' రోగి లక్షణాలపై తీవ్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. చరకుడు తన గ్రంథం "చరక సంహిత"లో హృద్రోగాలకు ఆఱు రసం సక్రమమైన ఔషధంగా వ్రాశాడు. విటమిన్ 'సి' గుండె కండరాల మృదు కర్తవ్య నిర్వహణకు తోడ్పడుతుందని పరిశీలనలో వెల్లడయింది. Ischaemia of heart,

## మగమనిషి మెదడు బరువు పెరుగుదల



1806లో నగటు మగమనిషి మెదడు 1372 గ్రాముల బరువు ఉండగా అది నేడు 1424 గ్రాములకు పెరిగిందని రికార్డులు చెబుతున్నాయి

"దేవుడు మనుషుల్ని నిలువెత్తు సీతలో ఎందుకు మురిపెనాడంటే, ఊసిరాడకుండా చేసేందుకు కాదు; పరిశుభ్ర పరిచేందుకు."

కరెన్సీ లేక మయోకార్డియల్ గుండె కలతలకు చికిత్సగా ఇది ప్రధాన పాత్ర వహిస్తుంది.

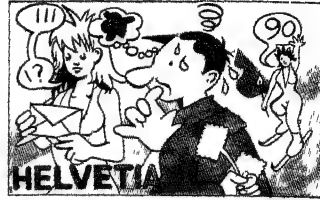
ఆస్ట్రా, బ్రాంకెటిస్, పాడ, మధుమేహం, అనీమియా, ఇన్ ఫ్లూయెంజా, రోప, జుట్టు ఊడటం మరియు నెరవడం, మానసిక ఆందోళన, ఒత్తిడి వంటి అనేక వైద్య సంబంధమైన సమస్యలలో ఆస్టుఫలం తోడ్పడుతుంది. ఒక టేబిల్ స్పూన్ తేనె, ఒక టేబిల్ స్పూన్ ఆస్టు రసం కలిపి మిశ్రమం చేసి ప్రతి ఉదయం త్రాగినట్లయితే పైన చెప్పిన సమస్యల సరిష్కారానికి తోడ్పడుతుంది కంటి చూపు పాడుకునేందుకు, కళ్ళ కలక, గ్లూకోమాల చికిత్సకు ఈ టానిక్ రోజుకు రెండుసార్లు ఉపయోగించాలి

ఒక టేబిల్ స్పూన్ ఆస్టురసం - ఒక కప్పు తాజా కాకరకాయ రసంలో కలిపి కొన్ని నెలల పాటు రోజుకు ఒక పర్యాయం తీసుకున్నట్లయితే మధుమేహాన్ని అదుపు చేస్తుంది బ్లడ్ సుగర్ ను తగ్గిస్తుంది అనీమియా, బల హీనత, అంటు వ్యాధులను అరికడుతుంది. మధుమేహంలో వచ్చే నేత్రావరోధాన్ని కూడా అరికడుతుంది. ఒక వారం రోజులపాటు రోజుకు రెండుసార్లు ఒక టేబిల్ స్పూన్ ఆస్టురసం, ఒక కప్పు కొబ్బరి పాలు కలిపి త్రాగినట్లయితే ఏలిక పాముల్ని, కొక్కి పురుగుల్ని తొలగిస్తుంది కళ్ళ కలకను నయం చేసుకునేందుకు ఆస్టు రసాన్ని వెలుపలి పూతగా వాడవచ్చు.

ఈ సోపకాహార విలువల నిధి అయిన ఆస్టు ఫలాన్ని ఉపయోగించటం ద్వారా మనం మంచి ఆరోగ్యం, దీర్ఘాయువు సమకూర్చే మార్గంలోకి ప్రవేశిస్తాము

— హెల్ హెరాల్డ్ సౌజన్యంతో

## కామిక్స్



కామిక్ చలుకులు లేక చలుకుల కార్టూన్లు ప్రపథమంలో వార్తాపత్రికలు ముగ్గులలో ప్రచురించబడి పాఠకుల దృష్టిని తక్షణమే ఆకర్షించడం జరిగి ప్రజాదరణ పొందాయి. ప్రస్తుతం కామిక్స్ ఒక కొత్త కళా విధానంగా గుర్తించబడింది. గృహంలో సినీమూలు, సాహిత్యం మధ్యలో కామిక్స్ తమ సొంత భావ నృప్తించుకునే వనిలో విజయం సాదించాయి మాటలు, చిత్రాల కలయికతో ఇది జరిగింది. 1992 మే 25న తన ప్రసిద్ధ కామిక్ దృశ్యాలు ఉన్న మూడు తపాలా స్టెట్లను స్విట్జర్లాండ్ విడుదల చేసింది 90 సి విలువ కలవి - ఒక పూర్తి స్థాయి కామిక్స్ లోని స్వైరకల్పనా రూపాలను ప్రదర్శించాయి

— కవితా రాయ్

## “మంచు అగ్ని పర్యతాలు”

సారమండల వ్యవస్థలోని సుదూరపు గ్రహం యురేనస్ (వరుణ గ్రహం) యొక్క ఐదు ఉపగ్రహాలలో “మంచు అగ్ని పర్యతాలు” ఉన్నాయి ఈ అగ్నిపర్యతాల నుండి మంచు తటాలన ప్రేరేపిత పైకి ఎగరటంలో ఘనీభవించి, భూమి ఉపరితలంపై ఇవి హిమ (మంచు) బంతుల మాదిరిగా రాలివడతాయి.

— “మిషా” సౌజన్యంతో

## క్విజ్

- ఈ క్రింది రాష్ట్రాలలో ఎక్కడ సహవా పీచా పోర్ట్ స్థాపించబడింది?  
(ఎ) గుజరాత్, (బి) కర్ణాటక, (సి) ఒరిస్సా, (డి) మహారాష్ట్ర.



- ఓసం పండుగ జరిపే రాష్ట్రం.  
(ఎ) ఒరిస్సా, (బి) అస్సాం, (సి) కేరళ, (డి) మణిపూర్
- ఇండియా మొదటి సాధారణ ఎన్నికలు జరిగిన సంవత్సరం:  
(ఎ) 1947, (బి) 1949, (సి) 1952, (డి) 1955
- ఈ క్రింది వాటిల్లో వాణిజ్య పంట ఏది?  
(ఎ) గోధుమ, (బి) వరి, (సి) మొక్కజొన్న, (డి) చెఱకు
- ఈ క్రింది వాటిల్లో ఇండియా జాతీయ పక్షి ఏది?  
(ఎ) పావురం, (బి) చిలుక, (సి) నెమలి, (డి) గ్రద్ద.
- ఈ క్రింది వాటిల్లో దేనిలో ఆకుపచ్చ విషపం - ఇండియాలో - అత్యంత విజయం సాధించింది?  
(ఎ) వరి మరియు గోధుమ, (బి) గోధుమ

మరియు బంగాళాదుంపలు, (సి) ఆవాలు మరియు నూనెగింజలు, (డి) టీ మరియు కాఫీ.

- 1971 లో పాకిస్తాన్ తో యుద్ధం జరిగిన సమయంలో భారత సైన్యాధిపతి ఎవరు?  
(ఎ) కె ఎస్ తిమ్మయ్య (బి) ఎస్ హెచ్ ఎఫ్ జె. మానెక్షా, (సి) కుమార మంగళం, (డి) ఎ.ఎస్ వైద్య
- ఇకెబిఎస్ జపానీయుల కళారూపం:  
(ఎ) ఆధునిక చిత్రకళ, (బి) మొక్కల పెంపకం, (సి) ఫ్రీస్టైలిలో కుస్తీ, (డి) పుష్పాలంకరణ ఏర్పాటు.

## ప్రభుత్వాధికారం



“నేను ప్రభుత్వాధికారం పెరగడాన్ని ఎంతో భయంతో వీక్షిస్తాను బయటికి స్పష్టంగా దోపిడిని తగ్గించేందుకు మంచిపనిగా కన్పించినా - ప్రగతి మొత్తానికి మూలాధారం వంటి వ్యక్తిత్వాన్ని నాశనం చేయటం ద్వారా ఇది మానవాళికి హాని కలిగిస్తుంది.”

— మహాత్మాగాంధీ

“సాన్నిహిత్యం పెరగడంతో ఎడ్మిరేషన్ సన్నగిల్లుతుంది.” —ఎడిసన్

## మాటల మహిమ

1. నికాయము: (ఎ) ఇల్లు, (బి) తెగ, (సి) లక్ష్మము/ప్రాగు, (డి) పరమాత్మ
2. నిద్రాఘము (ఎ) దప్పిక, (బి) వేసవి, (సి) వేడిమి, (డి) చెమట
3. నితంబము: (ఎ) పిఠుడు, (బి) ఆడుది, (సి) మొల/మూపు, (డి) కొండనడుము/దరి
4. నిరసనము: (ఎ) తిరస్కారము, (బి) ఆక్షేపము, (సి) వధము, (డి) ఉప్పియుట
5. సభము: (ఎ) ఆకాశము, (బి) క్రావణ మాసము, (సి) మేఘము/పర్వకాలము, (డి) ముక్కు
6. నాళికము: (ఎ) తామర, (బి) బాణము, (సి) చల్లి బోజనము, (డి) బాణపు ములికి.
7. నిగమము: (ఎ) వేదము, (బి) అంగడివాడ, (సి) పట్టణము/మార్గము, (డి) నంకెల
8. నిర్మాణము: (ఎ) ముక్తి, (బి) నాశము, (సి) సుఖము, (డి) సీక్లమునిగినది (ఏనుగు)

## తెలివికి పరీక్ష

1. పాశ్చరేజేషన్ అంటే ఏమిటి?
2. అంతర్జాతీయ ద్రవ్యనిధి సంస్థలో (IMF) సభ్యదేశాల సంఖ్య ఎంత?
3. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో నదులను పోషించే ఋతుపవనాలేవి?
4. మనదేశంలో మొదటి సినిమా హాలు ఎప్పుడు, ఎక్కడ నిర్మించారు?
5. పులికాట్ సరస్సు ఎక్కడ ఉన్నది?
6. ఒక సుప్రసిద్ధ నటీమణి వ్రాసిన తెలుగు పుస్తకానికి 1993 జాతీయ స్థాయి చలన చిత్ర పుస్తక రచనలో బహుమతి లభించింది. ఆ రచయిత్రి ఎవరు? ఆ పుస్తకం పేరేమిటి? (జవాబులకు పేజీ చూడండి)

చెల్లగి ఉంటుంది



నా జీవిత నిబంధనలు ఇవి. కష్టించి పని చెయ్యటం, అంగీకృతమైన పరిధి వరకు అభి నయించటం, ఇతరుల మంచి చెడ్డా అభిప్రాయాలను నమంగా అలక్ష్యం చేయటం, మిత్రునిపైన నీచమైన యుక్తి వస్తుక పోవటం, దేనిపైన కూడా అగ్రహం, అసూయ ప్రదర్శించకపోవటం, అవకాశం ఉన్నంత వరకు ఆ క్షణాన్ని తనదిగా చేసుకుని జీవించటం, జీవితం వట్టి ఎల్లప్పుడూ తృప్తి కలిగి ఉండటం, తనపై తనకు తృప్తి లేకుండా ఉండటం

— జార్జి జీన్ నాథన్

## పుత్రోత్సాహం

క్లాన్ పేపర్లు దిద్దిన తరువాత టీచర్ విద్యార్థిలో ఇలా రిమార్క్ చేశాడు, “తన సెలంపల్స్ లో ఇన్ని తప్పులు ఒక స్వల్ప ఎలా చేయగలిగాడో నాకు బోధపడటం లేదు”

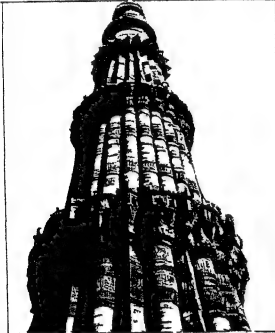
క్షణం అగి విద్యార్థి జవాబిచ్చాడు: “ఇది ఒకరే చేసింది కాదు, దీనికి మానాన కుడా నూయిపడ్డాడు”

“సామర్థ్యం ఉండగానే సరిగాదు - అవకాశం కలిగి రావాలి.” — నెహెలియస్

నాదిత్రుక స్థావరక చిహ్నం -

డా.బి.వి.రెడ్డి

ధీల్లీలోని కుతుబ్ మినార్ చదంతస్తుల  
ఇళారం. 72.5 మీటర్ల ఎత్తులో ఉంటుంది.  
ఇది పైకి పోతున్న కొద్దీ పరిధి తగ్గిపోతూ  
ఉంటుంది. ప్రస్తుతం లెక్కించగా వచ్చిన  
360 మెట్ల మీదుగా మీరు - లోపలి -  
మెలికలు తిరిగి ఉండే మెట్లదారిగుండా పైకి  
వచ్చవలసి ఉంటుంది. మొదటి మూడు  
అంతస్తులు ఇసుకరాతితో నిర్మించారు



ప్రస్తున్న రెండు అంతస్తులలో చలువ రాతిని  
పారాళంగా ఉపయోగించడం జరిగింది.  
కుతుబ్‌మీనార్ ప్రధానంగా ఒక విజయ  
శిథిరం. అది గెలుపుకు సంకేతంగా నిలుస్తుంది.  
పైనాక అవసరాలకు కావల్సి గోపురంగా కూడా  
వనికీ వస్తుంది. విజయ శిథిరంగా యావత్  
ప్రపంచంలో దీనికి సాటి అయినది మరొకటి  
లేదు. అడుగున ఒక పెద్ద ఘనరూపమైన  
ప్రవాదిపై ఒక మీనార్ దృఢంగా నిర్మింప  
బడింది. ప్రస్తుతం ఆధునిక సాంకేతిక  
సైన్యబలంతో దీన్ని బలవరుస్తున్నారు.

అగ్రాల్‌ని తాజ్‌మహల్‌ ఇండియాలో పొడవైన చారిత్రక స్మారక చిహ్నం. ఎత్తులో కుతుబ్‌మినార్‌ ద్వితీయ స్థానం అలంకరిస్తుంది. తాజ్‌మహల్‌ 74 21 మీటర్ల ఎత్తులో ఉండగా కుతుబ్‌మినార్‌ 72.5 మీటర్ల ఎత్తులో ఉంటుంది.

13వ శతాబ్ది తొలి సంవత్సరాలలో మామిలుక్ లేదా బానిస పంశస్తాపకమైన కుతుబ్ - ఉద్ - దీన్ బిబక్ కుతుబ్ మీనార్ మొదటి అంతస్తును నిర్మించాడు. అతని వారసుడైన అలీబహ్మిష్ మరో మూడు అంతస్తులను జోడించాడు. కానీ నాలుగో అంతస్తు 1378లో నష్టపడింది కనుక ఫిరుజ్ తగ్లక్ నాలుగో అంతస్తును పునర్నిర్మించి టమేకా 14వ శతాబ్దిలో బిదప అంతస్తును కూడా కలిపాడు. ఆ తరువాత కూడా కుతుబ్ మీనార్ మరమ్మతులకు లోనైంది.

— 'చార్జర్' సాజన్యంతో

॥ श्रीगणेशाय नमः ॥



అత్యధిక వార్తాపత్రికలు, మాగజైనులు తమ ప్రచురణల్లో కార్టూన్లు ఉపయోగించటం వాటి ప్రజాదరణకు సాక్ష్యంగా నిలుస్తుంది. క కార్టూన్ - తెలియపరుస్తుంది, బోధిస్తుంది, సునవి చేసుకుంటుంది, కోపాద్రేకాలు వుట్టిస్తుంది మరియు సంతోష పరుస్తుంది ప్రజాభిప్రాయాల్ని ప్రతిబింబించేందుకు తోడ్పడుతుంది.



బహుశా జేమ్స్ గిల్లో "ఆధునిక కార్టూన్ పిత" - (తదా) బ్రిటన్లో "రాజకీయ వ్యంగ్య చిత్రాల ఉత్తమ మూలపురుషుడు" కావచ్చు. రాజకీయ మరియు సాంఘిక వరమైన పరిహాస చిత్రణను అతడు ప్రత్యేకంగా అభివృద్ధి చేసుకున్నాడు. అతడు మూడవ జార్జి, చార్లెస్ మహారాణి, ప్రిన్స్ ఆఫ్ వేల్స్, నాటి గొప్ప రాజకీయ నాయకులైన పిట్, నింగ్ మరియు పరిడినెలపై బడ్డాడు. ఆధునిక దృష్టిలో అతడు ఒక వృత్తి వరమైన కార్టూనిస్టు.

కార్టూన్లకు అంకితమైన 'పంచ్' మాగజైన్ ను 1841 లో హెన్రీ మేయర్ నెలకొల్పాడు. పార్లమెంట్ కోత్త భవనాలను అలంకరించేందుకు కోత్త సుద్య వర్గ చిత్రాలకోసం అన్వేషిస్తూ 1843 లో జరిపిన పోటీలో 'పంచ్' గెలుపొందినప్పుడు

హన్య ప్రధానంగా గీయబడిన చిత్రాలకు ఈ 'కార్టూన్' పదం అతుక్కు పోయింది. 19వ శతాబ్ది ఉత్తరార్థంలో ప్రజాభిప్రాయంపై 'పంచ్' కార్టూన్ అధిక ప్రాబల్యం సాధించుకున్నది. 1920 నుండి వార్తా పత్రికలలో కార్టూన్ల ప్రాముఖ్యం, అధిక్యం పెంపొందించటం జరిగింది.

20 వ శతాబ్దానికి చెందిన అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన ఖ్యాతి కెక్కిన కార్టూనిస్టులలో సర్ డేవిడ్ లో (David low) ఒకరు అతడు తన సొంత కల్పనా శక్తికి పేరొందాడు శునకాల శరీరాలపై రాజకీయ నాయకుల తలలను ఉపయోగించటం అమలు జరిపాడు

అమెరికాలో కార్టూనింగ్ కు 19 వ శతాబ్ది తొలినాళ్ళలో జాడలు కనిపిస్తాయి తొలినాళ్ళలో తెలిసిన కార్టూన్లు బెంజమిన్ ఫ్రాంక్లిన్ యొక్క 'Suaive' (రమ్యత) మరియు బ్రిటిష్ ప్రాబల్యం గల కార్టూన్లు అంతర్వ్యర్థకాలం థామస్ నాస్ట్ (1840 - 1902) ను వెలుగులోకి తెచ్చింది డెమోక్రాటిక్ పార్టీకి చెందిన గాడిదను, రిపబ్లికన్ పార్టీకి చెందిన ఏనుగును, రాజకీయ కార్టూనింగ్ కు తగినట్టు ఇతర చిహ్నాలను అతడు కొత్తగా కనిపెట్టాడు 20 వ శతాబ్ది ప్రారంభానికి

## పాదరక్షలు

ఒక చిన్న పిల్ల ఎదురొంది. ఎందుకని అడిగితే ఇలా చెప్పింది.

"నా కొత్త పాదరక్షలు బాధపెడుతున్నాయి."

"దీనిలో ఆశ్చర్యం లేదు! నీవు వాటిని పాదాలకు

తప్పగా తొడుక్కున్నావు."

ఆ పిల్ల మరింతగా కన్నీళ్ళు కాదుస్తూ చెప్పింది:

"కానీ నాకున్న పాదాలు ఇవే కదా!"

"వార్తాపత్రికలు చెప్పే వాటిలో పూర్తిగా నమ్మదగ్గవి వ్యాపార ప్రకటనలు మాత్రమే."

—సత్యభామ

ముందు అమెరికాలో ప్రతిదినం సంపాదకీయ కార్టూన్లు జర్నలిజంలో ఒక క్రమబద్ధమైన భాగంగా తయారయ్యాయి అధునిక కార్టూనిస్టులు గీతలు మరియు రూపాలలోని బావప్రకాశ గుణాలపై ఎక్కువ విశ్వాసం ప్రదర్శిస్తున్నారు.

కార్టూన్ రంగంలో ఇండియా ప్రచేశం ఇటీవలనే జరిగింది. ఈ శతాబ్ది మూడవ దశాబ్దంలో కే శంకర్ పిళ్ళా అనే కార్టూనిస్ట్ రాజకీయ నాయకుల యొక్క పరిస్థితుల యొక్క రూపాలను వినోదకరంగా చిత్రీకరించేవాడు. ప్రతిరోజు మొదటి పేజీలో కార్టూన్ ప్రచురించే మొదటి జాతీయ దినపత్రిక "హిందూస్థాన్ టైమ్స్" లో అతడు పనిచేశాడు.

1950 లలో ఇంగ్లీషులో కార్టూన్ ప్రధానం గల ఏకైక మాగజైన్ అయిన శంకర్స్ వీక్లీ - 1975 జులైలో మూతబడే వరకు యువ కార్టూనిస్టుల అభివృద్ధికి స్ఫూర్తి కలిగించింది.

"టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియా" లో తన పాకెట్ కార్టూన్స్ అయిన "యూ సెడ్ ఇట్" లోని 'కామన్ మన్' ద్వారా అంతర్జాతీయ ఖ్యాతి గడించిన కార్టూనిస్ట్ ఆర్.కె. లక్ష్మణ్ పాఠకుల హృదయాలను దోచుకున్నాడు. చేదైన కుట్టినట్లు అపహాస్యము కల్గించే కార్టూన్ల నుంచి సంపూర్ణంగా వినోదకరమైన కార్టూన్ల వరకూ అతని కలం దెబ్బలు అతని భావాల మాదిరిగానే ఆహ్లాదకరంగానూ, ఆకర్షణీయంగానూ ఉంటాయి.

మరొక కార్టూనిస్ట్ అయిన 'మారియా' - సధానంగా ఒక "సామాజిక కార్టూనిస్ట్" అతని కార్టూన్లు "పాడుచుకు వచ్చిన ముక్కలు, పచ్చిన పొట్టలు గల అనేకముంది మనుషులతో, జ్ఞానమైన స్త్రీలతో" రూపొందించబడి ఉంటాయి అపూర్వపుడు ఒక కుక్క లేక ఒక పల్లి అతని చిత్రాల్లో కనిపిస్తుంది.

కార్టూన్లకు ఎప్పుడూ ప్రజాదరణ పొందే ముఖ్యాంశం - వినోదం మరియు చమత్కారం. పదునైన, విశిష్టమైన ధైర్యంగల దెబ్బలతో కార్టూనిస్ట్ తన అభిప్రాయం ప్రకటిస్తూనే తన ప్రేక్షకుల్ని సవ్విస్తాడు. జీవితపు విసుగు, వికృతులకు కార్టూన్లు సుగంధ ద్రవ్యాన్ని వైవిధ్యాన్ని సమకూరుస్తాయి.

హెర్బర్ట్ జ్లాక్ మాటల్లో "ప్రజాస్వామ్యాన్ని మంచి ఆరోగ్యస్థితిలో నిలిపే శక్తివంతమైన వాటిల్లో కార్టూనిస్టు ఒకడు" ప్రతిరోజు అనేక సంఘటనలు ప్రపంచమంతటా జరుగుతుంటాయి ఈ మార్పులపైన, సంఘంలోని నభ్యులపై దాని ప్రభావం పైన వ్యాఖ్య చేసేది కార్టూనిస్ట్. అతడే రాబోయే అపాయం (లేదా) అభివృద్ధి గురించి వివరించ గలుగుతాడు ఆధునిక సమాజంలో బహుముఖ ప్రజ్ఞగల కార్టూనిస్ట్ ఒక ఆవశ్యకమైన ఆకృతి. అలక్ష్యం చేయదగినవాడు కాదు.

— "ది వర్క్" సాజన్యంతో

## అపార్థాలు

సేవచేసేందుకు (లేదా), నాయకత్వం వహించేందుకు వెలువలికి వచ్చిన వ్యక్తుల చేష్టలు - ప్రపంచ ప్రార్థనల నుండి అపార్థానికి గురవుతూనే ఉన్నాయి.

— గాంధీజీ

## మూడు విషయాలు

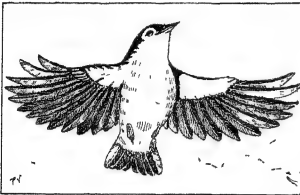
అత్తాదరణ, అత్తజ్ఞానం, అత్తనిగృహం - ఈ మూడు విషయాలు మాత్రమే సర్వాధికారం గల శక్తివైపు జీవితాన్ని నడిపిస్తాయి.

— పెన్సిన్స్

"నిరాశ పేరాశతో కలిసి నడుస్తుంది."

5000 కి.మీ.ల పునానంపై గోల్డెన్ ఫాల్

ఎక్కడా ఆగకుండా 5000 కి.మీ.ల దూరం - మూడు రోజులు సముద్రం పైన ఆకాశయానం చేసే గోల్డెన్ ఫాల్స్ 75 - 80 గ్రాములు మాత్రమే బరువు ఉంటుంది. ఇంతటి సాహస కృత్యం నెరవేర్చేందుకు శక్తిని కూడగట్టు సుంటుంది. ఈ విచిత్రం వట్ల శాస్త్రజ్ఞులు కూడా ఇప్పటికీ విభ్రాంతి చెందుతూనే ఉన్నారు.



అనుకూల సంవత్సరం, దీర్ఘమైన శీతోష్ణస్థితి, భారం - వీటిని వెదుకులాడుతూ పక్షులు లలనపోతాయి. కానీ ఈ వలనపోవటం కూడా శక్తి విచిత్ర అంశంగానే నిల్చిపోతున్నది. ఇంత కచ్చితంగా పక్షులు అంతంత దూరం లా ప్రయాణిస్తాయి? దీన్ని గురించి శాస్త్రజ్ఞులు ఇనేక సిద్ధాంతాలు చెబుతారు - పక్షులు మకు మార్గదర్శకంగా సూర్యుణ్ణి, నక్షత్రాలను, హుమి అయస్కాంత క్షేత్రాన్ని కూడా ఉపయోగించుకుంటాయి. బహుశా వాటి ప్రయాణాలకు మార్గదర్శకంగా కొన్ని సాధనాల కలయికలను ఉపయోగించుకుంటాయి.

వీటి వలన ఉత్తరం నుండి దక్షిణానికి కరుగుతుంది. పక్షులు వీటిపై కంటే నేలపై గిరి ప్రయాణంజేందుకు ప్రాధాన్యం వహిస్తాయి. ఎక్కడైనా వీటిని దాటవలసి వచ్చినా, తిరానికి

అతి చేరువలో దాటేందుకు ప్రయత్నిస్తాయి

ఇండియాకు వలన వచ్చే పక్షులు సుదూర ప్రాంతాలైన సైబీరియా, తూర్పు యూరప్, మధ్య ఆసియా మరియు హిమాలయాల నుండి వస్తాయి.

— 'నిజఇ-ఎన్-ఎఫ్-ఎస్' సౌజన్యంతో

## సినిపుపంచం

బెంగాల్ ప్రథమ అత్యుత్తమ తార

ప్రథమ బెంగాల్ అత్యుత్తమ తార కనన్ దేవి మొదటిసారి మూకీ చిత్రం జాయ్దేబ్ - లో నటించింది. దీనికి జ్యోతిష్ బెనర్జీ దర్శకత్వం వహించారు. 1947 లో ఆమె అశోక్ కుమార్ తో కలిసి "చంద్రశేఖర్"లో నటించింది ఇది ఆమెకు ప్రజాదరణ తెచ్చిన చిత్రం దీనిలో నటించినందుకు ఆమెకు 125 లక్షలు చెల్లించారు

నేపథ్య సంగీతం ప్రవేశపెట్టిన బోరల్

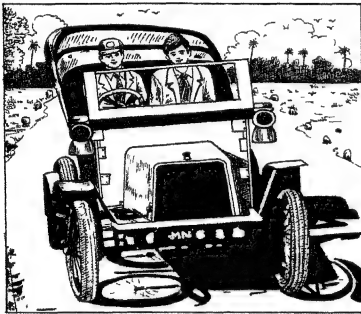
సుప్రసిద్ధ సంగీత దర్శకుడు ఆర్.సి. బోరల్, భారతీయ చలన చిత్రాలలో నేపథ్య సంగీతం ప్రవేశపెట్టిన ఖ్యాతి పొందారు

ప్రథముడు

వైడ్ స్క్రీన్ మరియు స్టీరియోఫోనిక్ సౌండ్ కు ప్రథముడు అబెల్ గాన్స్ - మొట్టమొదటిసారిగా 1926 లో నెపోలియన్ చిత్రానికి ఒకేసారి మూడు తెరలు, ఒక కదిలే కెమెరా ప్రవేశ పెట్టాడు ఆధునిక విస్తృత తెర సినిమాబోగ్రఫీకి ఈ 3 స్క్రీన్ విధానం మార్గదర్శి.

ఇండియాలో మొదటి కారు క్రాంప్టన్ గ్రీప్ కంపెనీకి చెందిన ఫ్రాన్స్. 1897 లో ఇది ఇండియాకు తీసుకురాబడింది

ఒక కారును స్వంతం చేసుకున్న మొదటి భారతీయుడు - జంషెడ్టీ టాటా. ఇది 1901 లో జరిగింది.



1911 వ సంవత్సరంలో ఇండియాలోని మొదటి టాక్సీ బొంబాయికి చేరింది

ఇండియాలో కారు నడిపిన మొదటి స్త్రీ - సుజన్ ఆర్.డి. టాటా. ఇది 1905 ప్రాంతాలలో జరిగింది.

మొదటి మహిళా ట్రక్ డ్రైవర్ - మధ్య ప్రదేశ్‌కు చెందిన పార్వతీ ఆర్య. తన (ఎంబియు - 4534) లారీలో మరో సహాయకులు లేనందువల్ల ఆమె కాబినోలోనే నిద్రించేది

మొదటి మహిళా టాక్సీ డ్రైవర్ - కలకత్తాకు చెందిన జస్మీత్ కార్. 1981 నుంచి ఆమె తన అంబాసిడర్ టాక్సీ (డబ్ల్యు ఎం.టి - 2401) ని నడుపుతున్నది.

బొంబాయిలో అతి భారమైన ట్రాఫిక్ నిలుపు దల 1983 జూలై 13 న జరిగింది. అత్యధిక వర్షంతో కూడిన విద్యుత్ ప్రసారం నిలిపివేత కారణంగా నగరంలోని ట్రాఫిక్ ఆ సాయంకాలం 6 గంటలకు నిలుపుదలకు గురై మరొకడు ఉదయం 4.30 గంటలకు పూర్తయింది

ఇండియాలో ఫిర ప్రమాదం 1988 మార్చి 16న రాయపూర్ (ఎం పి) సమీపంలో జరిగింది 130 మంది సభ్యులుగల ఒక వివాహ బృందం ప్రయాణం చేస్తున్న బస్సుకు నిప్పు అంటుకుని ఒక మురికినీటి కాలువలోకి ద్రౌ పోగా అందరూ మృతి చెందటం జరిగింది.

అమెరికాలో 1913లో ప్రైవేటు కార్లు మిలియన్ సంఖ్యకు చేరుకోగా ఇండియాలో 1980లో మాత్రమే ప్రైవేటు కార్లు మిలియన్ సంఖ్యకు చేరుకున్నాయి వచ్చే శతాబ్దంలోగా ఇది 10 మిలియన్ సంఖ్య చేరే అవకాశం లేదు

ఇండియాలో అతి పొడవైన జాతీయ రహదారి - హైవే నెం 7 2,325 కి.మీ ల పొడవు గల ఈ రహదారి వారణాసి, కన్యా కుమారిని కలుపుతుంది

డ్రెవింగ్ లైసెన్స్ సంపాదించుకునేందుకు ఇండియాలో అత్యంత మొండిపట్టుదలతో ప్రయత్నించిన వ్యక్తి బహుశా గీత్ కార్ రన్‌ధావా కావచ్చు ఆమె తన 48వ ప్రయత్నంలో 330 పాఠాలు నేర్చుకుని - 1987 జూన్ 19 న - విజయం సాధించింది. ఆమెకు అప్పుడు 50 సంవత్సరాలు పైబడిన వయస్సు ఉంటుంది

— 'బిజినెస్ ఇండియా' సౌజన్యంతో

“అపత్రుత వ్యాధి సముదార్థించురని హెచ్చరించు వ్యాధి నివారణ సంస్థానం చిహ్నం, అతడు బండెడు పుస్తకాల బరువు మోసే మృగం వంటివాడు.”

— సాది

## హృదయ కవాటాల వాణిజ్య ఉత్పత్తి

హృదయ కవాటాల వాణిజ్య మహారాష్ట్రలోని థానెలోని ఒక పరిశోధనశాలలో ప్రారంభమైంది. వర్తమాన దేశాలలో మొదటిది అయిన ఈ యానిట్ యాంత్రికపరమైన, జీవశాస్త్ర పరమైన హృదయ కవాటాలకు రూపురేఖలు కల్పించింది గట్టిపడకుండా చేయగల వాటి (Anti - coagulants) యొక్క అవసరం లేకుండా చేస్తుంది. ఈ యాంత్రిక కవాటంలో ఉపయోగించిన పన్ను-జిర్కోనియం.

## రికార్డ్‌ధరలో పికాసో చిత్రాల వేలం



ఒక మాతృమూర్తి తన కుమారుని మంచిస్తున్నట్లు పాబ్లో పికాసో వేసిన నీలివర్ణ చిత్రం - "మెటర్నిటీ" - లండన్‌లో జరిగిన ఒక వేలంలో 24.75 మిలియన్ డాలర్లకు ప్రక్రియించబడింది. ఒక కళాఖండానికి ఇంత సరకు చెల్లించబడిన అధిక మూల్యాలలో ఇది మూడవది. 20వ శతాబ్ది పెయింటింగ్‌కు ఇది ఒక రికార్డు.

## బొద్దింకలను అదుపు చేసే శిలీంధ్రం

యునైటెడ్ స్టేట్స్‌కు చెందిన ఎకో సైన్స్ కార్పొరేషన్ చిన్న పెప్టైలును తయారు చేసింది వీటిపైకి బొద్దింకలు ఎగత్రాకగానే సహజంగా సంభవించే శిలీంధ్రపు (fungus) డోస్ బొద్దింకల మందమైన వెలువలి ఒకటి సులభంగా దూరి ఒక ప్రాణాంతకమైన అంతర్గత అంటువ్యాధిని ప్రారంభిస్తుంది. ఈ అంటువ్యాధి సుర్రు ద్వారా వ్యాపించేది కనుక ఒక బొద్దింక నుంచి మరోదానికి వ్యాప్తి చెందుతుంది

## ఫ్రాన్స్‌కు చెందిన పొడవైన ఉత్తరీయం

170 మీటర్ల పొడవు గల ఫ్రాన్స్‌కు చెందిన ఉత్తరీయాన్ని 12 రోజుల వ్యవధిలో ఫ్రాన్స్‌లోని కార్క్సాన్స్కి చెందిన 250 మంది గల ఒక బృందం తయారు చేసింది. 1985 లో లైయన్స్ (సెంట్రల్ ఫ్రాన్స్)లో తయారైన 102 మీటర్ల పొడవు గల ఉత్తరీయపు రికార్డును అధిగమించేందుకు వీరు 11 గంటల పిమ్మటలో పనిచేశారు

## 1979 నాటి వార్షిక

## ప్రపంచంలో ప్రథమ పాకెట్ టెలివిజన్

జపాన్ తయారు చేసిన ప్రపంచంలోని ప్రథమ పాకెట్ టెలివిజన్‌ను రెండు లిథియం బ్యాటరీల సహాయంతో 3 గంటల పాటు నిర్దిష్టమంగా చూడవచ్చు. ఇది 11.8 సెం.మీ.ల పొడవు, 11.5 సెం.మీ.ల వెడల్పు కలిగి 640 గ్రాముల బరువుతో ఉంటుంది. దీనికి 36 x 48 సెం.మీ.ల సముద్రపు తేర ఉంటుంది. ఒక కోణం నుంచి చూసినా కూడా నున్నప్పుడు చిత్రాన్ని ఈ పాకెట్ టెలివిజన్ ద్వారా ఎవరైనా చూడ గలుగుతారు.

"ఒక లేత చెట్టు వంగుతుంది, ఒక ముసలి చెట్టు విరుగుతుంది."

## ప్రపంచంలో పొడుగైన విగ్రహం

రష్యాలోని ఓల్గోగ్రాడ్ కు వెలువల మమయేవ్ కొండ పైననున్న భారీ ప్రిస్ట్రెస్డ్ కాంక్రీట్ మహిళా విగ్రహం "ది మదర్ లాండ్" ప్రస్తుతం ప్రపంచంలోనే ఎత్తైన విగ్రహం స్థాలిన్ గ్రాడ్ యుద్ధం (1942 - 43) లో రష్యా విజయాన్ని ఒక శాశ్వత స్మృతిగా నిర్మించుకు -1967లో యవ్ గెని ఉచిటిచ్ - దీన్ని రూపొందించాడు విగ్రహం పునాది నుండి - ఆమె కుడి పిడికిలితో విగించబడిన పట్టా కత్తి వరకు - 82 30 మీటర్లు (270 అడుగులు) పొడుగు ఉంటుంది

## 1.8 మిలియన్ ఎళ్ళనాటి మానవుని దవడ ఎముక

కాకసన్ లో త్రవ్వకాలు జరిపినప్పుడు 18 మిలియన్ ఎళ్ళనాటి మానవుని దవడ ఎముకను జర్మన్ శాస్త్రజ్ఞులు కనుగొన్నారు అంతకు క్రితం బావింపినట్లుగా కాక ఇంకాముందుగానే మానవుడు యూరప్ చేరుకున్నాడని ఇది ఋజువు చేస్తున్నది. ఈ దవడ 20 నుంచి 21 సంవత్సరాల వయస్సు గల ఒక Homo erectus స్త్రీకి చెందింది ఆమె క్రింది 16 వళ్ళు ఇప్పటికీ చెడకుండా ఉన్నాయి.

## 90 నిమిషాల్లో జరిగిన అరుదైన శస్త్రచికిత్స

జలంధర్, (పంజాబ్) లోని ఇ ఎస్.ఐ హాస్పిటల్ కు చెందిన శస్త్రవైద్యుడు డాక్టర్ సంజీవ్ బాబుటా 90 నిమిషాల్లో ఒక అరుదైన శస్త్రచికిత్స చేసి గణేష్ మూర్తి అనే కార్మికుని ఉదరం నుంచి 16 అడుగుల పొడవు, 15 సెంటీ మీటర్ల మందం కలిగి వంపు తిరిగి ఉన్న ఒక ఇనుపకడ్డీని వెలికి తీశాడు. మూర్తి ఒక ఇనుప కడ్డీల కుప్పమీద

వడిపోగానే ప్పుహకోల్ గా అస్పత్రికి తెచ్చాగ డాక్టర్ బాబుటా ఈ ఇనుప కడ్డీని (abdomin perineal) నేర్పుతో మలద్వారం వద్దకు చే పరికరాల ద్వారా తొలగించాడు.

## కూరగాయల్ని నిలవ చేసేందుకే సారశక్తి

కూరగాయల్ని మిరపకాయల్ని ఎండబె నిలవచేసేందుకు, బావుల నుంచి నీటి తోడేందుకు, వీధి దీపాలు వెలిగించేందు, రాజస్థాన్ రాష్ట్రంలోని జోద్ పూర్ లో ఉన్న సెంట్రల్ ఏరిడ్ జోన్ రిసర్చ్ ఇన్ స్టిట్యూట్ సారశక్తిని ఉపయోగిస్తున్నది

## ఆనాటి వార్తలు

### పక్షుల అస్పత్రి

ప్రపంచంలో ఏకైక పక్షుల అస్పత్రి పాత ఢిల్లీ లో ఉందినీ చాకోగల్ దిగంబర్ లాల్ జైన్ మందిరం ఉన్నది ఈ అస్పత్రి 1926లో స్థాపించబడింది.

## 15 1/2 గంటలు మాట్లాడిన సెనెటర్

లూసియానా (యునైటెడ్ స్టేట్స్) కు చెంది సెనెటర్ మ్యూయి లాంగ్ 1935 జూన్ 12 వ తే రాత్రి 12 30 గంటలకు సెనెట్ లో తన ప్రసంగ ప్రారంభించి మరునాడు తెల్లవారు యామున గంటలకు శారీరక అలసట వల్ల తన కుర్చీ కూలబడ్డాడు అతడు ఎడతెగకుండా 15 గంటలు ప్రసంగించాడు 'కాంగ్రెషనల్ రికార్డు' అతని ఉపన్యాసంతో 100 పేజీలు నిండిపోయాయి. ఈ సుదీర్ఘ ఉపన్యాసం ముగించేందుకు ప్రభుత్వ 5,000 డాలర్లు వ్యయం చేసింది

"కోపం మరో వ్యక్తికి హాని కల్పించేందుకు ముందు నీకు హాని కలుగజేస్తుంది."

## హెచ్.డబ్ల్యు. ఆర్మిస్ట్రాంగ్

విజయనగి సూత్రాలు ఎవరూ విక్రయించరు. జీవితంలో విజయ శిఖరాగ్రం చేరుకున్న క్షుల జీవితాలనుంచి నేర్చుకున్న పాఠాలంచి కొన్ని సూచనలను మనం తీసుకోవాలని వేకం ప్రబోధిస్తున్నది అసంభావమైన జయవంతమైన. జీవితాలను గురించి ప్రంగనా మరియు చిత్రశుద్ధితనూ అధ్యయనం సి, శాస్త్రీయ దృష్టితో పరిశీలించినప్పుడు,



ని ప్రాథమిక అంశాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. కిని "విజయనగి శాసనాలు" అని విశ్వసంగా అంగీకరించడం ప్రస్తుతం ఏడు ప్రధాన య శాసనాలను గురించి తెలుసుకుందాం.

సరైన గమ్యస్థానం నిర్ణయించుకోవాలి : సరైన స్థానం అభ్యుదయోచ్చను ఉదయించడేస్తుంది. శిధిలమైన విజేతలకు సరైన గమ్యస్థానాలు గొయి. చాలామంది ఏ గమ్యం గురించి చించరు, ఎక్కడికి చేదకోలేరు. జీవితంలో క లక్ష్యం, ప్రయోజనం లేకపోయినట్లయితే పరిస్థితులకు బలీ పశువుగా మారిపోతావు. స్థితులకు ఆధిపత్యం వహించి, అదుపులో కందుకు ప్రయత్నించు. ఒక నిర్దిష్ట

గమ్యస్థానం కలిగి ఉండు. ఆ గమ్యస్థానం నిన్ను చేర్చేటట్లు వధక రచన చేసుకో జీవితానికి ఒక ప్రయోజనం ఉన్నట్లయితే అది క్రియాశీల ఆశను ఉత్తేజ పరచేదిగా ఉండాలి

విద్య లేక సన్నాహం : ప్రయోజనాన్ని సాధించేందుకు అవసరమైన పరిజ్ఞానాన్ని సంపాదించుకో. మూగజంతువుల మోదిరి మానవాళి సహజ బుద్ధి వుట్టలేదు. ఈ సహజబుద్ధి వాటికి గల ఆనుకూల్య స్థితి. మానవ ప్రాణులు అధ్యయనం చేసేందుకు, విద్యాభ్యాస శిక్షణ పొంది తాము చేయదలచిన పని నెరవేర్చేందుకు సంసిద్ధులు కావాలి. విజయం వరించిన పురుషులందరూ తమ ప్రత్యేక వృత్తిలో న్యయంగా విద్యాభ్యాసం పొందినవారే. విద్యాభ్యాస మంటే కేవలం పుస్తకాల ద్వారా నేర్చుకునేదే కాదనీ, వ్యక్తిత్వ అభివృద్ధి, నాయకత్వం, అనుభవం, పరిచయాలు, ఆనుబంధాల ద్వారా జ్ఞాన సముపార్జన మరియు పరిశీలన కూడా కలిసి ఉండాలని వారు గుర్తించారు.

మంచి ఆరోగ్యం మనం శారీరక జీవులం. మనం భుజించేదే మనిషి రూపం ధరిస్తుంది. లోపమైన ఆహారం వల్లనే 95 శాతం అనస్థతలు, వ్యాధులు వస్తాయి. శిశువులు పెరిగితే పెద్ద వార్షపుతారు అనేక మంది విచక్షణరహితంగా భుజిస్తారు

నీవు తినదగినదేమిటో, తినదగనిదేమిటో గ్రహించుకోవాలి. ఆరోగ్య శాసనాలలోని ఇతర శాసనాలు ఇవి: కంటి నిండా నిద్ర, వ్యాయామం, పుష్కలమైన తాజాగాలి, పరిశుభ్రత మరియు సక్రమమైన తొలగింపు, సరైన ఆలోచన,

"తమ మరణానికి ముందే పిరికివారు అనేకసార్లు చనిపోతారు."

— మేక్స్ ముర్

పరిశుద్ధ జీవితం. అన్వేషణ తురియు వ్యాధి - శరీరం తురియు మనస్సు ప్రకృతి ధర్మాలను పాటించనప్పుడే వస్తాయి. ఇవి ఆరోగ్యానికి చెందిన శారీరక చట్టాలు.

శారీరక స్థితిమైన మానసిక స్థితి చెప్పుకోదగిన ప్రాబల్యం కలిగి ఉంటుంది. ఆత్మవిశ్వాసం అనే మానసిక వైఖరివల్లనే అనేక మంది విజయం సాధించిన పురుషులు నిర్మాణాత్మకంగా ఆలోచిస్తారు.

చారప : విజయం-ఒక సిద్ధించిన పని. అది నెరవేర్చినది. చురుకుదనం లేని వ్యక్తి పనిపూర్తి చేయలేడు. సిద్ధించిన పని నెరవేర్చినట్లే. ఒక విజయవంతమైన వ్యక్తి తను చారపగా ఉండటమే కాక తన క్రింద పని చేసేవారిలో కూడా చారపను కలిగిస్తాడు. లేని వక్తంలో ఏరు అలన్యం చేసి, విడిచిపెట్టి, అలాగే స్తబ్ధంగా నిల్చిపోతారు. శక్తి, చారప, నిరంతర ప్రేరణ లేకుండా ఒక వ్యక్తి విజయం విజయం సాధించలేడు.

సమయోచిత బుద్ధి: జీవితం తరచుగా అవదలను, అడ్డంకులను అనుకోని సమస్యలను ఎదుర్కొంటుంది. ఏదో ఒక ఆకస్మిక చిక్కు తలెత్తి నిన్ను పూర్తిగా నిలిపి వేస్తుంది ఈ పరిస్థితుల్లో ఎదుర్కొనేందుకు మనకు సమయోచిత బుద్ధి అవసరమవుతుంది. ఆకస్మిక అత్యావశ్యక పరిస్థితులు తలెత్తినప్పుడు నీకు - న్యాయమైన మేధ, ప్రశాంతమైన నరాల బలం, త్వరితగతినో ఆలోచన, లోతైన వివేకం - అవశ్యకాలు. అన్ని యదార్థ విషయాలను గ్రహించుకుని తెలివైన నిర్ణయానికి వచ్చేందుకు వీలుగా నీకు ప్రశాంతమైన మెదడు కావాలి. అందోళన స్థితిలో కార్య-నిర్వహణకు దుమికేందుకు సిద్ధమైనా నీవు ఉద్రేక పడకుండా ఉండటం అలవాటుకోవాలి. సరైన నిర్ణయం తీసుకుని, దాన్ని అమలు చేయగలగాలి.

పట్టుదల : మరొకంత విడవకుండా ఉటంతో, దానిపై మరొకానై విశ్వాసం క ఉండటంతో, మరియు పట్టుదల కలిగి ఉండటం స్పష్టమైన అవజయం కూడా ఉజ్జ్వలం విజయంగా మారిపోయే సమయంలో జన వదిలి వేస్తారు.

ఈ ఆరు శాసనాలను అనుసరించిన విజయం సాధించారు, వారి గమ్యాన్ని కున్నారు, డబ్బు గడించారు, మోదా పొంద వారు భౌతిక సుఖాలను అనుభవించ అయినా వారి జీవితాలు శూన్యమైనవే వారు ఎన్నటికీ సంతృప్తి చెందలేరు. వ శాశ్వతమైన, నిరంతర సౌఖ్యం లభించదు : మరణించినపుడు తమ ఆర్థికాలను వె తీసుకు వెళ్ళలేరు వారితోబాటు వారి కూడా అస్తమిస్తుంది. వారికి లేనిదల్లా - విజ శాసనం అనుసరించటంలో కొంత జరగటమే.

విడవ విజయ శాసనం - అతి ప్రాధాన్య మొదటిది. ఇది చివరిదిగా సూచించబడట కారణం - ఇది పాతకుని మనస్సు కి గాఢముద్ర వేసేందుకే. ఇది అన్ని విధ ప్రధానమైనది. విజయానికి సప్తమ శాసన - ఏది వచ్చినప్పటికీ - భగవంతు: సంబంధం కలిగి, మార్గదర్శకత్వం పొందటమే

— "స్టెయిన్ బ్రూక్" సౌజన్య

## భారతీయుల్లో గడియారా వాడకం

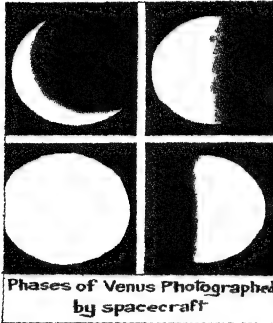
ప్రతి వెయ్యిమంది భారతీయులలో కేవల 19 మంది మాత్రమే గడియారాలు ధరిస్తే ప్రపంచ నగలు వాడకం ప్రతి 1000 మంది 150 గా ఉంది.

— "ఎకనమిక్ టైమ్స్" సౌజన్య

"అన్ని గొప్ప సాధనాలు కట్టవలసినవి యోగ్యమైనదే సులభంగా రావలసి వుంటున్నాయి చట్టమనుకుని మీ అధర్మాన్ని దిగజార్చవద్దు"



వీనస్ స్వర్గం కాదు



వీనస్ (శుక్రుడు) - 'సైమ గ్రహం' స్వర్గం కాదు. అక్కడ ఉష్ణోగ్రత 480 డిగ్రీల సెంటీగ్రేడ్ ఉంటుంది. ఇది నీరు కాగే విందువుకు 'దాపు' ఐదు రెట్లు.

టెలిస్కోప్ ను మొదట ఉపయోగించినదెవరు?

టెలిస్కోప్ నెడర్లాండ్స్ (పశ్చిమ యూరప్)లో ఎగ్నెటెనస్ వుటిగ్ దీన్ని మొదటగా ఉపయోగించిన వ్యక్తి ఇటాలియన్ ఖగోళశాస్త్రజ్ఞ గెలిలియో. ఆకాశాన్ని అధ్యయనం సేందుకు అతడు దీన్ని ఉపయోగించు న్నాడు. చంద్రుని ఉపరితలం చాలా గరుకుగా, ట్రవల్లాలతో ఉంటుందని, పరిభ్రమిస్తున్న నేక ఉపగ్రహాలతో బృహస్పతి గ్రహం ఉంటుందని, శనికి రెండు చిన్న సహచర ఉపగ్రహాలు ఉన్నాయని, చంద్రుని కళల (దళల) 3 శుక్రగ్రహం ఆకారం మారుతుంటుందని

అతడు వెల్లడించి ప్రపంచాన్ని దిగ్భ్రాంతిలో ముంచెత్తాడు. సూర్యునిపై మచ్చలు, ఇతర గుర్తులు గుర్తించిన ప్రథములలో అతడు కూడా ఒకడు.

కాలిఫో ట్రాక్స్ బైసికిల్ కనిపెట్టిన దెవరు?

1839 లో కాలిఫో ట్రాక్స్ బైసికిల్ ను కను

**అపూర్ణ విషయాలు**

ఎరను మ్రింగే సమయంలో వట్టుబడే వక్రి

తన ఎరను ద్వని చేస్తూ త్వరితంగా మ్రింగుతున్న సమయంలో మాత్రమే కావరైతే వక్రి వట్టుబడుతుంది.

లోపల ఈదే వక్రి

నీటి వక్రాలు తమ మునుగడ కోసం - అది ఉప్పునీరు కాని మంచినీరు కాని - నీటిపై ఆధార పడతాయి. టెన్సర్ అనే నీటి వక్రి తన ఎర కోసం నీటి అడుగు భాగానికి పోతుంది తేలికైన వక్రి కనుక ఇది తన రెక్కలతో అతి త్వరితంగా నీటిలో తడి తటాలున నీటి నుంచి వెలికి దూకే - అగకుండా గాలిలోకి ఎగురుతుంది

ప్రపంచ పర్యాటనలో 80 శాతం

ప్రపంచ పర్యాటన ఉద్యమంలో 80 శాతం ఉత్తర అమెరికా, యూరప్, జపాన్, ఆస్ట్రేలియా మరియు న్యూజిలాండ్లకు పరిమితమైనది.

— "బిజినెస్ ఇండియా" సౌజన్యంతో

"కానుక ఇస్తూ చిరునవ్వు చిందించని వ్యక్తి - ఆ కానుకలో సగభాగం వెనక్కి తీసుకున్నట్లే."

**పితృలు**

గాన్స్ వ్యక్తి - స్కాట్లండ్ (బ్రిటన్)కు చెందిన ర్మపాట్రిక్ మాక్మిలన్ వెనుక చక్రం యొక్క మధ్య భాగానికి చేర్చి అమర్చబడిన పెడల్స్ ద్వారా ఇది ముందుకు త్రోవబడుతుంది. 873లో 'పెన్సి స్థిరింగ్ లేదా పెద్ద చక్రాల సైకిల్ ఇంగ్లండ్లో నిర్మించబడింది. దీనికి ఒక పెద్ద చక్రం, ఒక చిన్న చక్రం ఉంటాయి. దాదాపు ఇదే సైజు గల చక్రాలన్న భద్రతా బైసికిల్ - అరుదుగా నడవబడుతూ, ఒక గొలుసును ఉపయోగిస్తూ ఉండే బైసికిల్ 885లో ఇంగ్లండ్కు చెందిన జె.కె. స్టార్లే తయారు చేశాడు. 1888లో వాయు సంబంధమైన పైర్లు కలిగిన బైసిక్కు వాడకంలోకి వచ్చాయి. 890లో "టాండమ్స్" లేదా ఇద్దరి కోసం తయారు చేసిన బైసిక్కు నిర్మించబడి కాల "మేజా ప్రజాదరణ పొందాయి

**చేపల్ని పట్టే కర్మిరంట్ పక్షి**

కర్మిరంట్ పక్షి - కనికరం లేని బెస్టవాని పంటిది. చైనా, జపాన్లకు చెందిన స్థానిక బెస్టవారు తమ యజమానుల కోసం చేపలు పట్టేందుకు వీటికి శిక్షణ ఇస్తారు. ఇవి చేపల్ని వేటాడుతున్నప్పుడు వీటి మెడకు వారు ఒక వలయం చుట్టటం వల్ల, ఇవి పట్టుకున్న చేపల్లో అతి చిన్న చేపల్ని మాత్రమే తినేందుకు వీలవుతుంది. ఒక వలయానికి బంధించబడిన తీగ ద్వారా ప్రతి కర్మిరంట్ పక్షి స్వాధీనంలో ఉంచుకోబడుతుంది. ఒక నేర్పరియైన జాలరి 12 పక్షుల పరకు నిర్వహించుకోవచ్చు. ఈ పక్షిని పడవలోకి ఎత్తలేయగానే దాని గొంతు నులుముతారు. మ్రింగేందుకు వీలులేనంత పెద్ద చేపలను వాంతి చేసుకునేటట్లు వీటిని బలవంతం చేస్తారు.

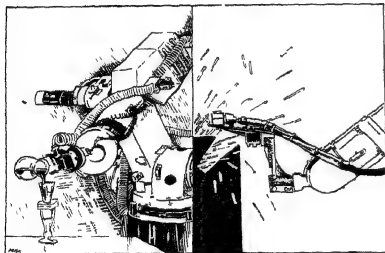
తాత్పర్య రచన: యామిజాల వద్దనాస్సామి ఇమ్మిగ చదువని నోరును అమ్మా! అని పిలిచి అన్నమడుగుని నోరున్ తమ్ముల బిలువని నోరును కుమ్మరి మనుద్రవ్యసట్టి గుంటర; సుమతీ! [గురువు చెప్పినది శ్రద్ధగా, బుద్ధిగా విని తమ్ములు వలుకక చదవాలి. అలా చదవని నోరు, కావలసినది అమ్మని పిలిచి అడిగి పెట్టించుకోవాలి. అలా పిలువని నోరు, తమ్ములను ఆదరంగా పిలుస్తూ చేరదీసు కొవాలి. అలా పిలువని నోరు - కుమ్మరి తప్పే మట్టి గోతులతో సమానం - అమ్మ అయినా పిలిస్తే కాని పెట్టదు - అని తెలుగులో సామెత కూడా ఉంది. కాగా! అమ్మా! అని నోరారా పిలవడం అదొక అదృష్టం]

\* \* \*

ఒక ఊరికి ఒక కరణము ఒక తీర్థరియైనగాక ఒగి తఱుచైనన్ కకవికలు కాకయుండునా? సకలంబును కొట్టువడక; సహజము నుమతీ! [బుద్ధిమంతుడా! ఒక ఊరిలో మంచి చెడ్డలు బాగా తెలుసుకుని తీర్పు చెప్పడానికి ఒకే ఒక్క పెద్ద మనిషి ఉండాలి ఇద్దరు ముగ్గురున్నారంటే అసలు విషయం తెలియక అంతా చెడబోయే దురవస్థ కలుగుతుంది. ఒక్కొక్కరి అలోచన ఒక్కొక్కలాగా ఉంటుంది. కనుక ఒకరు చెప్పే దానికీ, ఇంకొకరు చెప్పేదానికీ సరిపడక తగవు మరింత ఎక్కువవుతుంది. కనుక న్యాయం, ధర్మం, మంచి, చెడ్డ బాగా తెలిసి తగవులూ, తంటాలూ తీర్చే న్యాయమూర్తి ఊరికి ఒక్కడే ఉండాలి.]

"మీ సొంత తెలివితేటలను ఉపయోగించుకోండి - ఎవరూ తమ తెలివిన మీకు అరుపు ఇవ్వరు కనుక,"

వివిధ రకాల వస్తువులను అమలు చేసే బోట్ విధానం మరియు కంప్యూటర్ సుదకు గల ఒక యంత్రంగా రోబోట్ను నిర్వచించవచ్చు. అన్నీ కాక పోయినా కొన్ని సులభంగా కదిలిపోతుంటాయి.



\* రోబోట్స్ రూపురేఖలు, నిర్మాణం, నిర్వహణల శాస్త్ర సాంకేతిక విజ్ఞానమే - రోబోటిక్స్.

\* ఆర్.యూ.ఆర్. అనే తన నాటకంలో చెక్స్లావేకియా నాటక రచయిత కరెల్ కపెక్ మొదటిసారి 'రోబోట్' అనే మాట ఉపయోగించాడు. జెక్ భాషలో "రోబోటా" అంటే పనివాడని అర్థం.

జపాన్ "రోబోట్స్ డీవి" అని పేరొందింది. ప్రపంచంలో మరెక్కడా లేనంత అధికంగా రోబోట్స్ అక్కడ ఉపయోగించబడుతున్నాయి.

పెద్ద భవనాల సైబుల్లో, ఆకారాల్లో ప్రస్తుతం తయారు చేయబడుతున్నాయి ఉదాహరణకు టోక్యో (జపాన్) లో ఒక ఫ్యాక్టరీ సైబు రోబోట్ ఉన్నది. దీని లోపలి భాగంలో చిన్న రోబోట్ ఇతర రోబోట్లను ఉత్పత్తి చేస్తుంటాయి ఈ రోబోట్ కార్మికుల్ని పర్యవేక్షించేందుకు దాదాపు వందమంది మానవులు సంసిద్ధంగా ఉంటారు.

\* ఇంకా అనేక రకాల రోబోట్స్ ఉన్నాయి

ఆటోమేషన్ యంత్రం వలే ఉండే రోబోట్ తనంతటతానే పని చేస్తుంది

ఆన్డ్రాయిడ్: ఒక మానవుని వలే కనిపించి అతని వలే పనిచేసే విధంగా నిర్మించబడిన

సైబర్గ్ నగం మనిషి నగం రోబోట్ టీవీ యొక్క "ది సిక్స్ మిలియన్ డాలర్ మాన్" సైబర్గ్కు ఉదాహరణ.

డ్రాయిడ్: తమ మానవ యజమానులకు పూర్తిగా అంకితమైన రోబోట్. ఉదాహరణకు ఫ్లార్ వార్న్ చిత్రాల నుండి ఆర్2 డి2 మరియు సి - 3 పి.ఓ.

డ్రైన్: ఒక కార్మిక రోబోట్

ప్రోబోట్: ఇంటి వస్తువులకు పనికి వచ్చే ఒక వ్యక్తిగత రోబోట్. ఫర్బిడెన్ ప్లానేట్ చిత్రంలో 'రబ్బీ' అనే రోబోట్.

రోబోట్రీక్స్: ఒక మహిళా రోబోట్.

డోబల్ నంతోష పర్చి ఉపచారం చేసే రోబోట్

— "ఇన్సైరేషన్ లో కోట్" సౌజన్యంతో

## పెన్సిల్ వ్రైటింగ్ లో రికార్డు

పెన్సిల్ వ్రైటింగ్ లో ఒక రోజులో ఒకే వైపున ఎక్కువ పదాలు స్క్రిబ్ చేసే రికార్డు స్థాపించిన మనశ్శిక్షణాధికారుల ప్రతిగా 503 పదాలు తీసిన ఇంగ్లండ్ కు దక్కింది. 1924లో ఈ పెన్సిల్ లాగ్స్ (ఇంగ్లండ్) లో జరిగింది.

## ఆంధ్ర ఆర్థిక శాస్త్రవేత్తకు అంతర్జాతీయ పురస్కారం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని తెనాలి వాస్తవ్యుడు కెనడాలోని ఓన్టారియోలోని యూనివర్సిటీ ఆఫ్ విండ్యర్‌కు చెందిన డాక్టర్ టి. వెంకటేశ్వర్లుకు ప్రతిష్ఠాత్మకమైన "1993 ఇంటర్నేషనల్ అవార్డ్ ఇన్ ఎకనమిక్స్" లభించింది. విద్యుత్తు సంబంధించిన సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించటంలో ఆయన చేసిన కృషికి ప్రతిఫలంగా బోస్టన్ (యుఎస్ఎ) లో జరిగిన అమెరికన్ ఎకనమిక్ అసోసియేషన్ వార్షిక సమావేశంలో ఈ అవార్డు బహూకరించబడింది.

## పండిట్ రవిశంకర్‌కు మాగ్సెసె అవార్డు

"మేధును ఉత్సాహవర్షే సంగీతంతో సితార్ పైన తనకుగల ఉన్నతమైన ఆధి పత్యం ద్వారా ఇండియానా, మరియు ప్రపంచాన్ని సంపన్నం చేసినందుకు" ప్రసిద్ధ సితార్ వాద్య కళాకారుడు పండిట్ రవిశంకర్‌కు ప్రతిష్ఠాకరమైన రామన్ మాగ్సెసె అవార్డు ప్రసాదించారు.

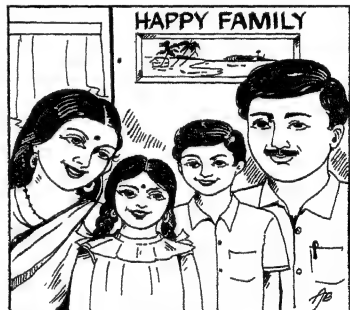
## మాగ్సెసె అవార్డు పొందిన భారతీయ వైద్యురాలు

గ్రామీణ ప్రజానీకానికి - ప్రజారోగ్యం, ప్రాథమిక చికిత్స మరియు జీవితావసర ప్రజా ఫికలపై శిక్షణ ఇచ్చిన భారత మహిళా వైద్యురాలు బానూ కొయాజీకి, ప్రజాసేవకు ఇచ్చే రామన్ మాగ్సెసె అవార్డు బహూకరించారు.

## ప్రఖ్యాత ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞునకు బిర్లా బహూకృతి

ప్రఖ్యాత ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞుడు జె.వి. సర్దీకర్‌కు - కాస్మాలజీ, దానికి సంబంధించిన అంశాలపై జరిపిన కృషికి - గాను - ప్రథమ ఎం.పి. బిర్లా స్మారక బహూకృతి ప్రకటించారు

## ప్రేమ చలనచిత్ర ఆనందం



ఇంటికి ఆందం - సామరస్యం

ఇంటికి భద్రత - విశ్వాసం

ఇంటికి ఆనందం - ప్రేమ

ఇంటికి సమృద్ధి - బిడ్డలు

ఇంటికి నియమం - సేవ

ఇంటికి సౌకర్యం - తృప్తిపడే ఉత్సాహాలు

ఇంటి నిర్మాత, నిజమైన మానవ గృహ నిర్మాత - దేవుడు -

స్వయంగా నక్షత్రాలను తయారు చేసి, ప్రపంచాన్ని నిర్మించినవాడు.

— ఫ్రాంక్ క్రెని

"విజేత ఎన్నడూ విడిచిపెట్టడు, విడిచి పెట్టేవాడు ఎన్నడూ జయించడు."





ప్రసిద్ధి వహించిన సుఫీ సాధువు హసన్ అంతిమ శ్వాస విడుస్తున్నాడు. అక్కడ జనం పోగయ్యాడు. వారిలో ఒకడు అయినను అడిగాడు, “మీ గురువు గారిని గుర్తించి కొంత మాకు చెప్పండి.” దానికి ఆ సాధువు ఇలా జవాబిచ్చాడు: “నాకు ఒకే గురువు ఉన్నట్లయితే అతణ్ణి గురించి చెప్పి ఉండేవాణ్ణి. అయితే అనేక మంది గురువులు కల మహద్భాగ్యం నాకు లభించింది” అని అతడు ఒక బాలుని గురించి కథ చెప్పసాగాడు:

ఒకసారి హసన్ ఒక చిన్న గ్రామం చేరుకోగా అక్కడ చిన్న బాలుడొకడు గుమ్మటంపైన కొవ్వొత్తి దీపాన్ని వెలిగించటం చూశాడు. హసన్ ఇలా ప్రశ్నించాడు: “బిడ్డా! ఈ కొవ్వొత్తిని నీచే వెలిగించావా? కళ్ళల్లో వెలుగులతో ‘అవును’ ఆ బాలుడు జవాబిచ్చాడు. ఆ బాలుణ్ణి తిక్మక పర్చే ఉద్దేశంతో హసన్ ఇలా అడిగాడు: “నీవు కొవ్వొత్తిని వెలిగించి కాంతి కొవ్వొత్తిలోకి ప్రవేశించటం చూశావు. ఈ కాంతి ఎక్కడి నుంచి వచ్చిందో నీవు చెప్పగలవా?” ఆ బాలుడు చురుకైనవాడు. అతని జవాబు హసన్ ను మాట్లాడనియకుండా చేసింది. ఆ బాలుడు

కొవ్వొత్తిని ఊదివేసి అడిగాడు: “దీని వెలుతురు ఎక్కడికిపోయిందో మీరు చెప్పగలరా?” హసన్ వంగి ఆ బాలుని పాదాలను ప్రశంసా పూర్వకంగా స్పృశించాడు

## నిజాలు-నిదర్శనలు

సురక్షిత మంచినీటి సదుపాయం లేని 1.2 బిలియన్ ప్రజలు

నల్లమాన దేశాలలో సురక్షిత మంచినీటి సదుపాయం గ్రామీణ ప్రాంతాలలో 29 శాతం మందికి మాత్రమే లభిస్తున్నది. ఇండియాలో ఈ సంఖ్య 31 శాతం కాగా 12 బిలియన్ ప్రజలు ఈ ప్రాథమిక సౌకర్యాన్ని కోల్పోతున్నారు.

- ‘యోజన’ సాజన్యంలో

ఇండియాలో వరి సాగుబడి

ఇండియాలో నగటున వరిసాగు చేసే ప్రాంతం మొత్తం భార్యం వండించే విస్తీర్ణంలో 39 శాతంగా ఉంటుంది. ఇది అహార భాగ్యాల ఉత్పత్తిలో 31 శాతం ఉంటుంది.

— ‘యోజన’ సాజన్యంలో

“మిమ్మల్ని మీరు అదుపు చేసుకునేందుకు మీ మెదడు ఉపయోగించండి, ఇతరులను అదుపు చేసేందుకు మీ హృదయాన్ని ఉపయోగించండి.”



రక్తం గడ్డకట్టకుండా అది రక్తాన్ని గట్టి పడకుండా చేసే ప్రాటీన్తో కూడిన ఉమ్మి నీటిని ఇన్జెక్ట్ చేస్తుంది చర్మం క్రింద నున్న ఈ ఉమ్మి నీరు - ప్రతి కాటు తరువాత - చావును, బాధను కలిగిస్తుంది



ఒకే ఒక రకానికి చెందిన దోమ - అనోఫిలస్ దోమ - మలేరియాను వెంట తీసుకు వస్తుంది తన ఉమ్మి నీటిని ఇన్జెక్ట్ చేసే ప్రక్రియలో ఆడ అనోఫిలస్ దోమ రక్తప్రవాహంలో మలేరియాల్ ప్రొటోజోన్సు విడుదల చేస్తుంది. అతిథేయునిలో ఈ పరాన్న మిశ్రితం యొక్క క్లిష్టమైన జీవిత భ్రమణం లివర్కు చేరేవరకే ఎక్కువ సంఖ్యలో వృద్ధి చెందుతుంది. లివర్లో చాలా రజుల వరకు పరిశోధించదగిన లక్షణాలు ఏవీ కనిపించవు. ప్రొటోజా మళ్ళీ రక్తనాళాల్లోకి పునః ప్రవేశించి, ఈ వ్యాయం ఎర్రని రక్త కణాలకు సోకుతుంది ఇక్కడ అవి తిరిగి పునరుత్పత్తి పొంది, రక్తకణాలను పూర్తిగా నింపి, అవి బ్రద్ధలయ్యేందుకు కారణమౌతాయి సాధారణంగా జీవ కణాలు ఒకేసారి బ్రద్ధలై పండలాది పరాన్న మిశ్రితాన్ని రక్తప్రవాహం లోకి విడుదల చేస్తాయి. ఈ సమయంలోనే శరీర ఉష్ణోగ్రత విపరీతంగా కొన్ని గంటల పాటు పెరుగుతూ వచ్చి, త్వరితంగానే తగ్గి పోవటం జరుగుతుంది.

మలేరియా చికిత్స ఎంతో కష్టంగా తయారవడానికి కారణం అనేకానేక బెషధాల్ని ఎదిరించి నిల్వే పరాన్న మిశ్రితాల రకాలు వర్షిల్లటమే ఇదే సమయంలో చీడపురుగుల మందుల్ని ఎదిరించే దోమలు కూడా అసంఖ్యాకంగా పెరిగి పోవటం జరిగింది

పయోజనులైన దోమలు గాలిలో సంవర్కం కొనసాగిస్తాయి. దీని తరువాత ఆడ దోమ 200 నించి 400 గ్రుడ్లు గల ఒక నీటిపై తేలే దోమల సమూహాన్ని నీటి ఉపరితలంపై పెడుతుంది ఇంకా నీటి గుంటలు, చెరువులు, ముఠికి కాలువలు, చవిటి నేలలు మరియు బహిరంగ అవరిశుభ్ర ప్రదేశాలు దోమల సామూహిక పెంపక కేంద్రాలుగా ఉంటాయి

## మిత్రత్వం



ఒక వ్యక్తి తన హృదయంలోని విషయాలన్నీ త్రవ్విపోసేందుకు వీలుగా ఉండేవాడే స్నేహితుడు వీటిల్లో పొట్టు ధాన్యంతో కలిపి ఉంటుంది ఆ మృదువైన హస్తాలు వీటిని స్వీకరించి పొట్టును తొలగించి, ఏది యోగ్యమో దాన్ని అట్టిపెట్టుకుని, దయాభృష్టితో పిగిలిన దాన్ని ఛాదవేస్తాయి.

"మీరెంతో యువకుల వలె కనిపిస్తున్నారని మీ మిత్రులు పొగడ్తలు ప్రారంభిస్తే, మీరు వృద్ధులు అవుతున్నారనడానికి అదే నిశ్చితమైన గుర్తు."

— మార్క్ ట్వైన్



రెండు లేక మూడు రోజుల తరువాత ప్రతి గుడ్డూ అప్పుడే జన్మించిన ఒక పురుగుగా వృద్ధి చెందుతుంది. ఈ పురుగు చురుకైన ఈత గత్తె. చుట్టూ గల నీటిలో ఉన్న వడియ గట్టిన అణువులను ఆహారంగా తీసు కుంటుంది. దీని తరువాత pupal stage ప్రారంభమౌతుంది దీని సంపాదిత జీవిత చక్రప్రమణం యావత్తూ నీటి ఉపరితలం పైన, తన శరీరంలో నుంచి ముందరికి త్రోసుకు వచ్చిన అతి చిన్న గొట్టాల ద్వారా వాతావరణపు ప్రాణవాయువును శ్వాసించటం లోనే గడిచిపోతుంది pupal case పగిలి పోగానే రెక్కలున్న వయోజన దోమ వెలికి వస్తుంది గ్రుడ్డు మొదలు వయోజన దశ వరకు సాగే ఈ మొత్తం ప్రక్రియ కేవలం కొద్ది రోజుల్లోనే పూర్తవుతుంది. అడ దోమ ఒక నెలరోజులు, అపైన మాత్రమే జీవిస్తుంది, మగ దోమ ఒక వారం రోజులు మాత్రమే బ్రతుకుతుంది.

మరికీ నీటిలో దోమలు విజయవంతంగా పెరిగి పెంపొందుతాయి. శ్వాస క్రియ కోసం, జవి నీటి ఉపరిభాగానికి రావటంవల్ల అప్పుడే వుట్టిన దోమలు అక్సిజన్ తగ్గిపోయిన నీటిలో జీవిస్తున్నవి.

నీటి సంఖ్యను అదుపు చేసేందుకు రసాయనిక క్రిమి సంహారక మందులు వాడటం జరిగింది.

అప్పుడే వుట్టిన దోమల్ని భక్షించగల గుప్పీల వంటి చేపలను రసాయనాల ద్వారా భంగవర్తనపడని నీటిలో ప్రవేశపెట్టారు. Bladderwort వంటి కీటకాలపై ఆధారపడే మొక్కలు పురుగుల్ని Pupaeని కూడా భక్షిస్తాయి, దోమల బెడదను శక్తివంతంగా అరికడతాయి.

మానవాళికి దోమలు బాధలు కలుగజేసినా,

పెద్ద కీటకాలకు, పక్షులకు, చేపలకు మలభంగా లభించే ఆహారపు మూలాధారాలు అవే.

— 'సిజెఇ-ఎన్ఎఫ్ఎస్' సౌజన్యంతో

## ఏదో ఒకరోజు నీ పంట ఫలిస్తుంది



జీవితం ఒక వరుగువందె: గమ్యం దూరంగా దారి కఠినంగా ఉన్నంత మాత్రాన కూనిరాగ, తీయకండి ఏదో ఒక రోజున మీరు గమ్యాన్ని చేరుకుంటారు

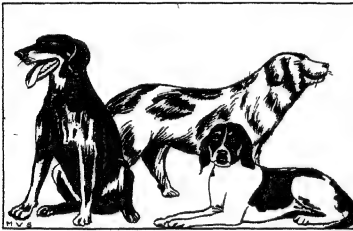
జీవితం ఒక సముద్రయాత్ర ఓడ యొక్క స్థూల భాగాన్ని తుపానులు తీవ్రంగా తాకాయనీ తరచాను గాలులు చీలికలు చేశాయనీ ఫిర్యాదు చేయవద్దు ఒకరోజున నీ నర్థానికి నీవు చేరు కుంటావు.

జీవితం ఒక అభివృద్ధి: అది వికసించి, వృద్ధిచెందే ముందే నల్లని నేలలో ఊపిరి తిప్పి కోతక ప్రాణాలు కోల్పోయి మట్టిలో కలిసి పోయిందని విత్తనం వట్టు తప్పు ఎంచకండి ఏది ఒకరోజు మీవంటి ఫలితం మీకు లభిస్తుంది

— జోసెఫ్ ఆర్. సిజు

"పరిశుద్ధత - దైవత్వానికి తరువాతది."

శునకం - మనిషికి తొట్టు తొలివాటి ఉత్తమ నేస్తం కుక్కవలె యజమానిని అనుసరించటం మంటే విశ్వాస పాత్రతతో యజమానిపట్ల మెలగటమని అర్థం. అయితే - భాష - శునకం వట్ట అనుచితంగా ఉన్నది కుక్క అంటే నిశ్చయంగా ఒక పనికిమాలిన (నిరర్థక) వ్యక్తి అనే అర్థం కూడా చెబుతారు పురుషుల్లో - అదృష్టం గల శునకాలు, చమత్కారీ, ధూర్జ శునకాలు మరియు ఉల్లాసంగల నరనమైన శునకాలు ఉన్నాయి!



ఒక తాజాశునకం (Hotdog) - పాఠశాల విద్యార్థులకు ఇష్టమైన వంటకం. కుక్క బ్రతుకు అంటే యాతనామయ జీవితమని అర్థం. కుక్కదావు అంటే నికృష్టమైన విషాదాంతమని అర్థం “కుక్కలకు పోయింది” అంటే సర్వనాశనమై పోతున్నదని భాషం. “నన్ను డ్రేమిండు, నా కుక్కను డ్రేమిండు” అనే సిద్ధాంతాన్ని కొందరు అనుసరిస్తారు. వారి అనుగ్రహం, దయ పొందాలంటే వారి స్నేహితులందరినీ మన స్నేహితులుగానే అంగీరించాలని దబాయించి అడుగుతారు. ‘కుక్క అవకాశం’ కూడా లేదంటే చిట్టచివరి అవకాశం కూడా లేదన్నమాట!

కుక్కకు చెడ్డ పేరు ఇచ్చి తరువాత చేయి ఇవ్వటం అంటే ఒక వ్యక్తి నాశనమై పతన మయ్యేంత వరకు అపనిందలపాలు చేసి దూషించటం. గోడ దిగే మెట్లు వద్ద ఒక కుంటి కుక్కకు సహాయ పడటం - మంచి దిశకు మలుపు తిరగటం నిద్రించే శునకాలను అలాగే ఉండనివ్వాలని ఒక గొప్పరాజనీతివేత్త, దౌత్య నిపుణుడు నలహా ఇచ్చారు. ‘డాగ్ - ఇన్ - ది - మేంగర్’ విధానం అంటే మనం అనుభవించలేని ఆనందాన్ని ఇతరులు కూడా అనుభవించకుండా చేయటం.

డాగ్ - హోల్ అంటే ఇరుకు గది కుక్క అలసట అంటే బాగా బడలిక పొందటం కుక్క నిద్ర అంటే తేలికగా, తగినంత నిద్రపోవటం ఒక పుస్తకం కుక్క వలె అర్జించినదంటే (dog earned) అనేకమంది అత్యాశ, అతురతగల పాఠకులు దాని పేజీలను బుక్ మార్క్స్ వలె వంచి వేయటం అని అర్థం. లొంగకుండా మొండిగా ఉండటాన్ని - ‘డాగ్ డె’ అని అంటారు. మంకువట్టు, హారం, మొండివట్టు మరియు లొంగకుండా ఉండటం దీని అర్థాలు

ప్రజాస్వామ్యంలో ప్రతి వక్షం ‘కావలి కుక్క’ వలె ఉండాలి - జాతీయ ప్రయోజనాలను కాపాడేందుకు. డాగ్స్ ఆఫ్ వార్ - భూదర్శ విధానం వల్ల ఏర్పడే అగ్ని ప్రమాదాలు, కరవులు, సర్వనాశనం వంటి విధ్వంసక ప్రతి నిధులను నిర్దేశిస్తుంది.

ఆంగ్ల భాషలో 800,000

మాటలు

ఆంగ్లభాషలో అత్యధిక శబ్దజాలం ఉన్నది దీనిలో దాదాపు 800,000 మాటలు ఉన్నాయి

“మనకు సంపద లభించాలని విధి ఉంటే నారికేళంలోని నీటివలె అది తెలియకుండానే వస్తుంది. అలాగే అది విడిచి వెళ్ళేటప్పుడు కరిమింగిన

# సమ్యక్ తావిపాతూ చిరకాలం జీవించు

ఆర్.జి.కేశావని

పెళ్ళి లాటరీ లాంటిది!

ఒక యువకుడు వివాహం చేసుకోవాలని ఆలోచిస్తున్నాడు వివాహితుడైన ఒక మిత్రుణ్ణి అడిగాడు:



“వివాహం ఒక లాటరీ టిక్కెట్ వంటిదని ఎన్నాను - నీవు అదృష్టవంతుడివి కావచ్చు, కాకపోవచ్చు. నీ అభిప్రాయం ఏమిటి?”

అమిత్రుడు జవాబిచ్చాడు, “నేను ఒప్పుకొను.”  
“ఎందుకు?”

“ఎందుకంటే లాటరీలో నీవు మళ్ళీ మళ్ళీ ప్రయత్నించవచ్చు గనుక!”

ప్రత్యర్థి పేర పంపాను!

ఒక గ్రామీణుడు తన పొరుగు వానిపైన కేసు పెట్టాడు. అతడు తన న్యాయవాదితో చెప్పాడు: “ఈ కేసు ఓడిపోతానని భయంగా ఉంది, ఇడ్డీగారికి ఏదైనా కానుక పంపమంటారా?”

“వద్దు, అలా ఆలోచించవద్దు ఈ చాలా న్యాయమైనవాడు. నిన్ను క్షమించడు కూడా.”

చివరికి గ్రామీణుడు కేసు గెలిచాడు అతడు తన న్యాయవాదితో చెప్పాడు “చూశారు గదా! నేను కేసు గెలిచాను! మీరు రానున్న ఆపదను ముందుగా ఊహించి చెప్పినా నేను ఒక కానుక ఇడ్డీగారికి పంపాను?”

“ఏమిటి? నీవు ఇడ్డీగారికి లంచం ఇచ్చావా?”

“అవును, నేను ఇచ్చాను, అయితే ఈ బహుమతిని నా ప్రత్యర్థి పేర పంపాను” అని చెప్పాడు గ్రామీణుడు.

వృద్ధాప్యం వస్తుంది!

కాలేజీ నాటకాల్లో తన ప్రదర్శనలకు ప్రశంసలు పొందిన ఒక యువకుడు విజయ పంతుడైన సటుడుగా రూపొందాలనే అభిప్రాయంతో కాలేజీ విడిచిపెట్టి ఫిలిం పత్రికల్లో తను చదివిన ఒక నిర్మాత పేరు వెదుక్కుంటూ బొంబాయి చేరుకున్నాడు

ఎంత ప్రేమ పంచి పెట్టాము?

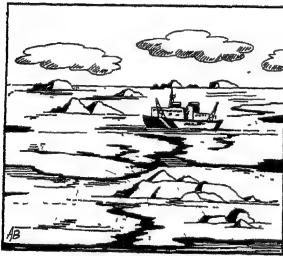
జీవితం చివరిలో మనకు దాని నుంచి ఎంత సంతోషం లభించిందని అడగకూడదు; మనం దానికి ఎంత సేవ చేశామని తప్ప ఎంతమేరకు పూర్తి విజయం సాధించామనే ప్రశ్న అడగకూడదు, ఎంత ఎక్కువ త్యాగాలు చేశామని తప్ప, ఎంత నుఖంగా ఉన్నామని కాదు, ఎంత మనం సహాయ వత్తామని తప్ప, ఎంతమేరకు కోరికలు, ఆశలు సంతోష పెట్టాయని కాదు; ఎంత ప్రేమ పంచి పెట్టామని తప్ప.

“విశ్రాంతి తీసుకునేందుకు మీకు సమయం లేనప్పుడే విశ్రాంతి పొందేందుకు అనువైన సమయం.”



## ఒరెగన్ పాపావ్

అంటార్క్టికా 14 మిలియన్ చ.కి.మీ.ల ప్రాంతాన్ని ఆక్రమించుకుని ఉంటుంది. యూరప్ కంటే 50 శాతం విస్తారమైనది. ఆస్ట్రేలియావలె రెండింతలు విశాలమైనది. దీని మంచు కవచం దీన్ని ప్రపంచంలో ఉన్నతమైన ఖండంగా



గాపొందించింది. దీని నగటు ఎత్తు రెండు లోమీటర్లు కాగా ప్రపంచంలో ఎత్తైన పర్వతాలు అ ఆసియాలో నగటు ఎత్తు 960 మీటర్లు గాతమే. అంటార్క్టికా ఉపరితలం ప్రపంచంలోని దీర్ఘమైన ఎత్తైన పీఠభూమికి సాతినీధ్యం వహిస్తుంది ఇది టిబెట్ కంటే ఎదునుంచి ఆరురెట్లుపెద్దది.

అంటార్క్టికా అంచులలోని బ్రహ్మాండమైన ఐదు క్షేత్రాలలో సముద్రపు తుఫానులు, ప్రవాహాలు ఆకస్మికంగా విడిచి, తమవెంట కిడినీటిని తీసుకు వెళ్ళాయి ఇవి సముద్రంలో ఐదుకుండలవలె తేలియాడుతుంటాయి.

“మరో పర్వతానం మరెప్పుడూ ఉండకపోవచ్చు, నేను ఈ రోజే దాన్ని పూర్తిగా ఉపయోగించుకుంటాను, మరో ‘నేను’ మరెప్పుడూ ఉండక

అంటార్క్టికా నుండి వచ్చిన ఒక మంచుకొండ 160 కి.మీ.ల పొడవు, 72 కి.మీ.ల వెడల్పు, 1 కి.మీ.లో 1/3 వంతు మందం కలిగి 2 ట్రిలియన్ 250 బిలియన్ టన్నుల బరువుతో ఉన్నది. దీన్ని ఆఫ్రికా వాయవ్య తీరానికి తీసుకువచ్చి, కరిగించినట్లయితే ఇది సహారా ఎడారికి ఎన్నో సంవత్సరాల పరకు మంచినీటి పారుదల సౌకర్యం కలిగిస్తుంది.

మొత్తాలలో బోగ్గు, ఇనుము, అయస్కాంత లోహాలు మరియు టీటానియం, మెగ్నీసియం - అంటార్క్టికాలోని అనేక ప్రదేశాలలో కనుగొన బడ్డాయి కొన్ని ప్రాంతాలలో యురేనియం, థోరియం, టాంకులం, వెండి, బంగారం, ప్లాటినం మరియు కోబాల్ట్ నిల్వలు కనిపించాయి. అంటార్క్టికా లోని వజ్రాలు దక్షిణాఫ్రికాలోని వజ్రాల వలె అమూల్యమైనవి.

అంటార్క్టికా అడుగు భాగం ఉష్ణప్రదేశ సంబంధమైన నదుల అడుగు భాగాలను - అతి చేరువగా - ప్రతిబింబిస్తుంది. చాలాచోట్ల ఒక చదరపు మీటర్లలో రెండు నుంచి మూడు కిలోగ్రాములు చేపలు, knill మరియు మెలుమ్మలు కనుగొనబడ్డాయి. ఇటువంటి విలువగల ఆహారపు నీటిలో మనిషి సృష్టించిన “వ్యవసాయ క్షేత్రాలు” గణనీయమైన దిగుబడిని సాధించగలవు.

## ఈతలో అసమాన గౌరవం

ఇంగ్లీషు భాషలోని అధంగానూ, సాల్ట్ డ్రైయిట్స్, డాక్టర్స్, డ్రైయిట్స్ (జలనంధి) అఫ్ జిబ్రాల్టర్ మరియు వనానా కాలవను ఈదిన అసమాన గౌరవం మిహిర్ సేన్ (వచ్చు బెంగాల్) పొందాడు.

కె.పి.ఎస్. మునిసి

చైనాలో రాయబారిగా నా మొదటి సయామకుం 1946 లో జరిగింది సరిగ్గా ఆంధ్రప్రదేశ్ సమాఖ్యలో నెహ్రూ తన మధ్యతర ప్రభుత్వ సర్కారు చేశారు కానీ ఇండియా అప్పటికి ఒక రిపబ్లిక్ కానీ, కేవలం ఒక డొమినియన్ పరిపాలనాధికారం) కానీ కాదు. కనుక సామ్యముక పత్రాలపై ఆరవ జార్జి చక్రవర్తి కిన్ ఇంపిరేటర్ గా సంతకం పెట్టారు దీని కింది భాగంలో ఈ మాటలు ఉన్నాయి



పత్రంలో సమ్మతించినట్లు చేత్రాలు చేసింది, జె. నెహ్రూ" ఈ నియామక పత్రాలలో ఇలా వ్రాయబడింది. "హిస్ మెజెస్టీ (గౌరవనీయులైన చక్రవర్తి) మన విశ్వాసపాత్రుడైన సైమన్సుడు దైన గౌరవనీయుడు కుమార్ పద్మ శివశంకర మీనన్, ఒక వివేకవంతుడు, శ్రద్ధగా పాటుపడే స్వభావం, వివేకం జాగరూకతగల వ్యక్తిగా ప్రత్యేక విశ్వాసం, సమ్మతం కలిగి ఉన్నారు" ఈ వర్ణనలో నన్ను నేను అరుదుగా గుర్తించుకో గల్గుతాను. నా గురించి చెప్పబడిన మాటన్నిటినీ

నేను విశ్వసించడం జరిగితే నేనొక మానవాతీత వ్యక్తిగా భావించుకుని ఆ విధంగా ప్రవర్తించటం జరిగి ఉండేది. కానీ వీటిని నేను ఉప్పుగింజల వలే తీసుకున్నాను.

ప్రొటోకోల్ విషయాల్లో రాయబారులు బాగా అతుక్కుపోతారు ఒక ప్రొటోకోల్ విషయంలో ఏదో చిన్న పొరపాటు జరిగి జవహర్ లాల్ నెహ్రూ ఇబ్బందిలో పడ్డారు నేను విదేశాంగ శాఖ కార్యదర్శిగా పనిచేస్తున్నప్పుడు ఒక ఉదయం టర్కీ రాయబార కార్యాలయం నుంచి ఒక కాన్సిలర్ నా దగ్గరకు వచ్చి తమ రాయబారి గతరాత్రి అమర్యాదకు లోనయ్యాడని చెప్పాడు సంగతేమిటని అడిగాను. ప్రధానమంత్రి ఇచ్చిన ఒక విందులో టర్కీ రాయబారి కంటే స్వీడిష్ మంత్రికి అగ్రస్థానం ఇచ్చారని, ఇది మరేదేశంలోనైనా జరిగితే తమ రాయబారి విందును బహిష్కరించి వెలికి వచ్చేవాడని చెప్పాడు. ప్రొటోకోల్ ప్రకారం మంత్రికంటే రాయబారికే అగ్రస్థానం ఇవ్వ వలసి ఉంటుంది. నేను ఈ విషయం ప్రధాన మంత్రితో ప్రస్తావించగా ఆయన టర్కీ రాయ

## మన దేశంలో మొదటి మహిళా కళాశాల

1879 మార్చి 4 న జోన్ బెథూన్ స్థాపించిన బెథూన్ కాలేజ్ ఆఫ్ కలకత్తా మనదేశంలో ప్రారంభమైన మొదటి మహిళా కళాశాల అప్పట్లో బ్రిటన్ లో తప్ప మిగిలిన బ్రిటిష్ పాలనలో ఉన్న దేశాల్లో వెలసిన మొదటి మహిళా కళాశాల కూడా ఇదే

"గొప్పతనం - దృఢత్వంలో లేదు, దృఢత్వాన్ని సక్రమంగా ఉపయోగించు కోవటంలోనే ఉన్నది."

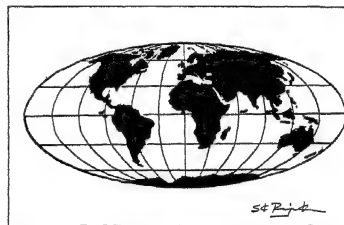
— హెన్రీ వార్డ్ బీచర్

బారికి - ఒక నిరాయుధుణ్ణి చేసి లేఖ వ్రాశారు. రాయబారిని అగౌరవ పరచాలనే కోరిక తనకు ఎంతమాత్రం లేదని, తాను, తన సహచరులు తమ చురుకైన జీవితంలో ఎక్కువ భాగం జైళ్ళలోనే గడిపామని, జైళ్ళలో ప్రోటోకోల్ అనేది ఉండదని వ్రాశారు. దీనికి రాయబారి సమాధానపడి జపహర్లాల్ నెహ్రూకు ఒక గౌరవ పూర్వకమైన ప్రత్యుత్తరం వ్రాశాడు.

ఒక్కోసారి రాయబారులు రెండు చేతులతో సాహసం ప్రదర్శించి ప్రోటోకోల్ ను బాహుటంగా షిక్కిరించటం జరుగుతుంది. నేను చైనాలో ఇండియాకు ఏజెంట్ జనరల్ గా పనిచేస్తున్నప్పుడు 1943లో ఛుంగ్ కింగ్ లో ఇది జరిగింది ఇండియా స్వాతంత్ర్యం పొంద రుండువల్ల, అదేళ్ళ ప్రతినిధిని రాయబారి అనీ, మంత్రి అనీ పిలవటం జరగదు. ఔవియెట్ రాయబారి పనియుష్కిన్ నన్నూ నాభార్యనూ విందుకు ఆహ్వానించాడు. ఆ విందులోని మరో సీనియర్ అతిథి చైనాలో టర్కీ రాయబారి. పనియుష్కిన్ నన్ను అతిథేయురాలికి కుడి ప్రక్కగా కూర్చోబెట్టాడు. టర్కీ రాయబారిని విడమప్రక్కన కూర్చుండబెట్టాడు తనవల్ల చూపిన ఈ అమర్యాదకు టర్కీ రాయబారి తీవ్రంగా నిరసన ప్రకటించాడు కేవలం ఒక ఏజెంట్ జనరల్ కు ఒక రాయబారి కంటే అధికమైనా ఉండే హక్కు లేదన్నాడు దీనికి ఔవియెట్ రాయబారి జవాబిస్తూ ఇదొక క్రమపద్ధతి లేని విందు మాత్రమేనని, తాను ఇండియా ప్రతినిధికి గౌరవస్థానం ఇవ్వటానికి కారణం - రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో - అప్పటికి యుద్ధం - జరుగుతూనే ఉన్నది - మిత్రరాజ్యాల వక్షాన ఇండియా ధైర్యంతో పోరాడుతుండగా టర్కీ గొడవంది పిల్లిలా కూర్చుని ఉండటమేనని - చెప్పాడు.

ఒక్కోసారి రాయబారుల భార్యలు తమ భర్తలకంటే తమ హేదా, తమ దేశం హేదా గురించి ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపుతుంటారు. ఢిల్లీ లోని ఒక రాయబారి భార్య - తనదేశపు హేదా వల్ల ఒక పట్టాన తృప్తిపడని యువతి ఢిల్లీలోని ఏ నివాసగృహం - నిజాం ప్రాసాదం తప్ప - తనకు తగినది కాదని చెప్పింది ఇండియాకు చెందిన ప్రతిదాన్నీ ఆమె వాసన వట్టేది ఒకసారి ఆమె కోణార్క నుంచి తిరిగి వచ్చి, అక్కడి ధ్వంసమైన నిర్మాణాల వల్ల క్రోధం ప్రదర్శించి, ఎవరో ఒకరు వాటిపైన బొంబువేస్తే బాగుంటుందని తాను కోరుతున్నట్లు నాతో చెప్పింది

మహిళలు మంచి రాయబారులు కాగలరా



ప్రతి సంవత్సరం ఏప్రిల్ 22వ తేదీ వృధివీ దినంగా పరిగణించబడుతున్నది భూమిపై మానవ ప్రాణుల వల్ల సంభవిస్తున్న వరినరాల నమన్యలను దృష్టికి తెచ్చుందుకు ఆమెరికాలోని ఒక ప్రజా కూటమి 1970లో మొదటిసారిగా ఈ వృధివీ దినం పాటించింది ఇప్పుడు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా - పాఠశాలల పిల్లలు, కవులు, కార్యశీలురు, గృహిణులు - దీన్ని జరుపుకుంటున్నారు

— 'సిజిఇఎన్ఎఫ్ఎస్' సౌజన్యంతో

“నీవు మదింపు చేయబడవని మదించవద్దు.”

అని ఒక్కసారి అడుగుతుంటారు. మంచం ప్రక్కభాగపు వద్దతులు వారికి ఉన్నాయి ఈ పద్దతులు ఒక్కసారి రాయబారికి, డాక్టర్‌కూ ఉపయోగిస్తాయి అంతేకాక, మహిళలకు భాషల నేర్పవట్ల ప్రావీణ్యం ఉంటుంది అయితే మాట్లాడే ప్రావీణ్యం ఒక్కసారి చాలామంది తీసుకుపోతుంది. ఒకసారి లండన్ లోని ఫ్రెంచి రాయబారి ఆరుభాషల్లో మాట్లాడే ప్రావీణ్యం గల ఎలిజబెత్ రాణిని అభిరందించాడు. “నిజమే, మహిళ మాట్లాడటంలో ఆశ్చర్యమేమీ లేదు, తననోటిని అదుపులో పెట్టుకోవటమే ఆమెకు అతి కఠినమైన పని” అని రాణి జవాబిచ్చింది. కేవలం స్త్రీలే మాట్లాడుతూ ఉండరు. పురుషులు కూడా మాట్లాడుతుంటారు. పనిలేని వ్యర్థ ప్రసంగాల వట్ల ప్రత్యేక ఆసక్తి కలిగినందు వల్లనే పురుషులు మాట్లాడరు. పురుషులు మాట్లాడేది - కోడిపుంజువలె - వారు ప్రదర్శించదలచేది, తాము ఉపదేశింపబడేవారు కాదని చెప్పేందుకే. ఈ విధంగా చేయటం ద్వారా తమ దేశపు రహస్యాలను బహిర్గతం చేసే మనసుగల వారుగా మారి తమ ప్రభుత్వాన్ని తత్తర పరుస్తారు, తమ ప్రభుత్వపు అక్కలకు భంగం కలిగిస్తారు.

ఎక్కువగా మాట్లాడే మన రాయబారులు స్వభావం గురించి ఒకసారి జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ ఉద్యోగం పొంది పార్లమెంట్‌లో ఇలా చెప్పారు: “రాయబారి తన కళ్యాణం చెప్పాలా తెరచుకుని, నోటిని మూసుకుని వనిచేయాలి.”

నేను ప్రస్తావించిన అనేక లోపాలు తనని పెద్దగా భావించుకునే రాయబారి దృష్టిపల్ల సంభవించేవే. ఒక వర్షాయం లెనిన్‌గ్రాడ్‌లో ఒక వృద్ధ స్త్రీ నన్ను సరైన స్థానంలో పెట్టటం జరిగింది. మేము లెనిన్‌గ్రాడ్‌ నందరిస్తున్నప్పుడు ఆమె మా రష్యన్ దుబాస్ వలియాను నేనెవరని

ప్రశ్నించింది. “ఆయన సోవియెట్ యూనియన్‌లో ఇండియాకు చెందిన ఒక అసాధారణ రాయబారి మరియు పూర్తి అధికారాలు గల మంత్రి” అని వలియా చెప్పగా ఆ వృద్ధ స్త్రీ “అవును, అవును” అంటూ అనహసంతో ఇలా ప్రశ్నించింది; “కానీ ఆయన చేస్తున్న దేమిటి?” ఒక రాయబారి ఎప్పటికప్పుడు ఈ ప్రశ్న తనకు తాను వేసుకున్నట్లయితే అతనికి మేలు జరుగుతుంది.

- “ఆకాశవాణి” సౌజన్యంతో

## బుద్ధుడు లేక క్రీస్తు సుభాషితాలు



బుద్ధుడు లేక క్రీస్తు రెండు వేల సంవత్సరాల క్రితం లేదా ఇంకా వెనుకటి కాలంలో ప్రవచించిన కొన్ని మాటలు లోతైన భావం కలిగి ఈనాటికి కూడా అమోఘమౌగంగా ప్రకాశిస్తున్నాయి వాటికి కాలమూ మరియు వ్యవధి తాకని ఒక శాశ్వతత్వం ఉన్నది.

— జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ

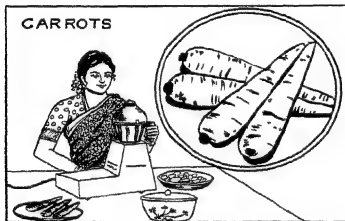
“చిట్టచివరికి గొప్పవాళ్ళు ఏమిట చేసావామని పోతాయి నేర్చుకుంటారు, మరే వాళ్ళును. ఎటు పోయినా పుణ్యం చేసావామని నేర్చుకుంటారు” \*

జూన్ '94



## డా.డి. సాంబశివరావు

కారట్ (ఎఱ్ఱముల్లంగి)కి మూల స్థానాలు - యూరప్, వైరుతి ఆసియా మరియు ఆఫ్రికా ఖండాలు తీసి వ్యభావం కలిగిన కారట్ అసంఖ్యాకమైన - పలురకాలుగా - నాన్ టేస్, నాన్ టేస్ హాఫ్ లాంగ్ మరియు పూసా కానర్ - వస్తున్నది దీని ఆకులు కూడా తినదగినవే.



కారట్ మొక్క శీతల వాతావరణంలో బాగా పెరుగుతుంది. అన్ని ఋతువుల్లోనూ, ఇండియాలోని అన్ని ప్రాంతాలలో లభిస్తుంది.

పండిన కారట్ లేదా ముడి కారట్ భుజిస్తే "విటమిన్ ఏ" - క్రొవ్య కరిగించే విటమిన్ - బాగా లభిస్తుంది. శరీరానికి లభించే కారటేన్ విటమిన్ ఏగా కారటినోన్ కార్యకలాపం ద్వారా సెగుల్లని గజల్లో మార్పు చెందుతుంది. 'విటమిన్ ఏ'లోని ప్రధాన భాగం అనగా 95 శాతం కాలేయంలో నిల్వ ఉంటుంది. మిగిలిన భాగం మూత్ర పిండాలలో మరియు ఊపిరితిత్తులలో నిల్వ ఉంటుంది.

ఎముకలు మరియు దంతాల సాధారణ పెరుగుదలకు, ఆభివృద్ధికి 'విటమిన్ ఏ' ఎక్కువగా తోడ్పడుతుంది. శ్లేష్మం (తెమద)

ఉత్పత్తి స్థానాన్ని పురికొల్పే కారణాలపై ప్రభావం చూపుతుంది. నోటిలోని తెమడగల పొరలను నరిదిడ్డుతుంది. కడుపు నొప్పికి సంబంధించిన అంత్రవ్యాధులు, శ్వాసక్రియ, మరియు జననోద్రియ సంబంధమైన మూత్ర (ద్వార) వ్యాధులను నరిదిడ్డుతుంది.

## జీవితం ఒక అపురూప కానుక



జీవితం - సౌందర్యవంతమైనది

జీవితం - అమృతం

జీవితం - తియ్యనిది

దేవుడు దీన్ని సృష్టించినప్పుడు

ఇది ప్రేమ, శక్తి, అనందం ప్రసరింప చేస్తుంది

దీని కొంత అందరిపై ప్రకాశిస్తుంది

ఉద్యోగవర్త చర్యలలో అది విడిపోతుంది

స్వచ్ఛం, నిస్వార్థం మరియు ఘనం -

జీవితం ఒక కానుక - అమూల్యమైనది, సొల్లలేనిది

దీన్ని దీనింజుడేదిగా, ముత్రమైనదిగా రుచించించండి

— స్వామి రామదాస్

"తన తోటి వారి సంక్షేమానికి ఏ శ్రేణిలో ఒక మనిషి కృషి చేస్తాడో అతడు అంతటి గొప్పవాడవుతాడు."

“ఎటమిన్ ఏ” లోపం వల్ల రేచీకటి మరియు పిల్లలైన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. దీని ఫలితం దీర్ఘకాలపు అతిసారం, తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి (శూల) వగైరాలకు దారి తీస్తుంది

కారబోలో అత్యధిక మొత్తాలలో థియమిన్ B1 మరియు రిబోఫ్లేవిన్ (బి2) ఉన్నాయి. వి ప్రేగులలోకి గ్రహించబడి లివర్ (కాలేయం)కు కీర్ణబడతాయి. కాలేయంలో ఇవి ఫాస్ఫేట్లు, టగ్నోసియంలతో మిశ్రితమై చురుకైన ఎన్ ములుగా రూపొందుతాయి ఇవి కార్బో హైడ్రేట్ లోహాలకు సహాయపడతాయి. ఇవి వివిధంగా సక్రమమైన ఆకలి కలిగేటట్లు హస్తాయి. మరియు కడుపు నొప్పికి సంబంధించిన అంత్రమార్గం యొక్క కండరాలను పరిచేస్తాయి. పక్షవాతం వంటి బలహీనమైన పరిస్థితుల పరిస్థితిని చక్కబరుస్తాయి. ఎటమిన్ బి1 లేకపోతే - పెరిపెరి, గుండె పిరుగుదల మరియు అధికంగా గుండె కొట్టు గోవటం - ఇవన్నీ వస్తాయి.

మలబద్ధాన్ని అరికట్టే ఎక్కువ ముతక పదార్థం మరియు మెగ్నీషియం కారబోలో అధికంగా ఉన్నది.

కారబో రసం అత్యంత చికిత్సా విలువలు కలిగి ఉన్నది. అనేక వ్యాధుల నుండి రక్షించటమే కాక కారబో ఉపయోగాలు ఇవి: (1) అధిక బవణసారం కల్గినందువల్ల క్రిములు చేరి మాంసం కుళ్ళిపోకుండా చేస్తుంది. (2) కళ్ళకు పనికి వస్తుంది. (3) బలం, శక్తి, జీవం, పుంసత్వం పెంపొందించే ప్రతినీధిగా పని చేస్తుంది. (4) తల్లలను మరియు బిడ్డలను పోషించి కాపాడే ఎటమిన్ ఏకు మూలాధారంగా ఉంటుంది.

## అత్యధిక అల్లం ఉత్పత్తి చేసే కేరళ

ఇండియాలో అత్యధికంగా అల్లం ఉత్పత్తి చే రాష్ట్రం కేరళ మొత్తం ఉత్పత్తిలో 35 శాతం ఇక్కడ లభిస్తుంది ప్రపంచ వివణుల్లో విశేషాదర పొందిన వాట్టోల్ కోచ్చిన్ మరియు కేజికొడెల ఎండ్ అల్లం కూడా ఉన్నది.

- (ఎకనమిక్ టైమ్స్)

## బొగ్గులో వివిధ రకాలు

ఇండియాలో లభించే వివిధ రకాల బొగ్గు: పీట్ (60 శాతం కార్బన్), లిగ్నైట్ (70 శాతం కార్బన్), బిటుమినస్ (78 శాతం కార్బన్), సె. బిటుమినస్ (83 శాతం కార్బన్) మరియు ఆం పైట్ (90 శాతం కార్బన్)

క్రుళ్ళిపోయినందున పండ్లు, కూరగాయలకు ఏర్పడే నష్టం



సీమెంట్

ఇండియాలో 5 మిలియన్ హెక్టార్లలో దాదా 54 మిలియన్ టన్నుల పండ్లు, కూరగాయ పెంచబడుతున్నాయి. కానీ ఇవి వినియోగదార చేరేలాగా క్రుళ్ళిపోయినందువల్ల ఉత్పత్తిలో నుంచి 30 శాతం పరకు నష్టపడటం జరుగుతుంది.

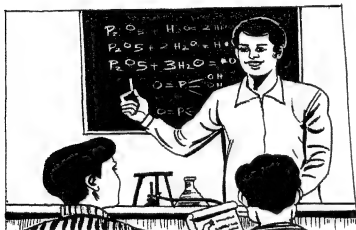
- సైన్స్ రిపోర్టర్, సౌజన్యం

“నీవు పరాజయం పొందినట్లయితే ఆశాభంగం చెందవచ్చు కానీ నీవు ప్రయత్నమే చెయ్యకపోతే నశించిపోతావు.”

## స్వర్గీయ ఎస్. బాలకృష్ణ జోష్

తమ వంతు భాగంగా తల్లిదండ్రులు ఏద్య సట్ల మిక్కిలి ఆసక్తి కనబర్చాలి తమ పిల్లల బోధన రుసుం చెల్లించిన క్షణంలోనే తమ బాధ్యత తీరిపోయిందనే అభిప్రాయాన్ని ఏరు విడనాడాలి. వివేకులైన పౌరులుగా తమ

- ప్రత్యేక సదుపాయం ఉచిత విద్య పొందిన విద్యార్థుల నుంచి ప్రతివలంగా ఆశిస్తున్న అంశం. సమాజంలో ఉపాధ్యాయులు కూడా ప్రధానమైన సభ్యులని తల్లిదండ్రులు గుర్తించాలి. ఉపాధ్యాయుల ఆర్థిక పరిస్థితిని సాకుగా తీసుకుని తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల కృత్రిమ అభివృద్ధి కోసం అవినీతికరమైన



బిడ్డలు వారి కోసం ఎదురుచూస్తున్న కార్య భారాన్ని మోయగల శిక్షణ ఎలా పొందుతున్నారో తెలుసుకునే హక్కు కలిగి ఉన్నారు. అనవసర జోక్యం లేకుండా విద్యా సర్వాల అభివృద్ధి కృషిలో పాలుపంచుకోగల అవకాశం వారికి ఉన్నది. ఉచిత విద్య పొందుతున్న బిడ్డలు ఉన్న చోట తల్లిదండ్రుల బాధ్యత ఎక్కువగా ఉంటుంది. ప్రభుత్వం రుసుం చెల్లించనక్కర లేదని పీరిని మినహాయించినప్పుడు, పన్ను చెల్లింపు దారుల నుంచి ఆ డబ్బాను పాఠశాలలకు చెల్లిస్తారనే విషయం తల్లిదండ్రులు గ్రహించ వలసి ఉంటుంది. ఈవిధంగా తల్లిదండ్రులు సంఘానికి ఋణపడి ఉంటారు, తమ పిల్లలు పాఠశాలలో అత్యధిక ప్రయోజనం పొందేందుకు వీరు తోడ్పడినట్లయితే తమ బాధ్యత సక్రమంగా నెరవేర్చినవారవుతారు. సమాజసేవలో ఉత్తమ శ్రేణికి చెందిన జ్ఞానం, శీలం ఉపయోగించటం

## నీవు స్వయంగా భగవంతుడివే

స్వామీ వివేకానంద బేత్రీ (రాజస్థాన్)లో ఒక గదిలో బస చేసేవారు. అధ్యాత్మిక సలహాల కోసం అనేకులు అక్కడికి వస్తుండేవారు ఒకసారి ఒక అంత్య కులీనుడైన చెప్పులు కుట్టేవాడు అక్కడికి వచ్చి రెండు చేతులు జోడించి ఇలా అన్నాడు "స్వామీ! మూడు రోజుల నుంచి మీరేమీ భుజించ లేదు. కేవలం మంచినీటివైనా తీసుకున్నారా లేదా? అని నేను అశ్రురహితున్నాను "

"అవును సోదరా! నాకు అకలిగా ఉంది నీవు నాకు ఏదన్నా తినేందుకు ఇవ్వగలవా?" అన్నారు స్వామి

"స్వామీ! నేను మీకు ఆహారం ఇచ్చేందుకు ఎంతో ఆనందపడతాను. కాని నేను అంత్య కులజుణ్ణి, చెప్పులు కుట్టేవాణ్ణి. నేను ఇచ్చే ఆహారాన్ని మీరెలా భుజిస్తారు?"

"ఏమీ విచారించవద్దు బిడ్డా! ఆహారాన్ని తీసుకురా నేను భుజిస్తాను. నీవు స్వయంగా భగవంతుడివే". అన్నారు స్వామి

సంతోషంతో చెప్పులు కుట్టే వ్యక్తి ఇంటికి వెళ్ళి వండిన అన్నాన్ని తిన్నాడు. స్వామి ఎంతో ఆనందంతో భుజించారు.

'మీరే విచారించవద్దు బిడ్డా! ఆహారాన్ని తీసుకురా నేను భుజిస్తాను. నీవు స్వయంగా భగవంతుడివే' అన్నారు స్వామి

పద్మతులకు వారిని పురికొల్పుటం సక్రమం కాదు.

ఇక ఉపాధ్యాయులు, ప్రతిక్షణం తమ కర్తవ్యం పవిత్రమైనదనీ, శీలం తమ శక్తికి కోట వంటిదనే గమనికతో ఉండాలి. ఒక అపరాధం చేస్తే ఏ పరిస్థితి కూడా వారిని నిర్దోషిగా విముక్తం చేయలేదు. తమ అంతరాత్మను తాకట్టు పెడితే వారు సమాజపు నైతిక ఆలోచనలకు కంటక ప్రాయంగా తయారవుతారు.

తమ గౌరవనీయమైన శ్రమకు తగినంత ఫలితం లభించలేదని దుఃఖించినందువల్ల తమకు కానీ, ఇతరులకు కానీ ఒనగూడేదేమీ ఉండదు. విద్యుత్త ధర్మనిర్వహణకు అంకితమైన ఒక సేవకుని వ్యక్తిత్వాన్ని గౌరవించి, ఇతర రంగాలలో పనిచేస్తున్న వారితో సమానంగా అతణ్ణి నిలబెట్టలేనప్పుడు ఒక ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థ ఆత్మద్రోహానికి లోనవుతుంది. పాఠశాలల్లో తర్రీదు ఇచ్చి తారతమ్యం తెలుసుకునే వ్యక్తులను తయారు చేసి వారి ద్వారా ప్రజాభిప్రాయాన్ని అఖిరికి రూపొందించే వ్యక్తి ఉపాధ్యాయుడే. ఒక ఆరోగ్యవంతమైన ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ఉపాధ్యాయుడు సముచిత స్థానం అలంకరిస్తాడనడంలో ఏవిధమైన సందేహం అక్కరలేదు. అతడు తన గౌరవం నిలబెట్టుకోదలచుకుంటే ఇతరుల దయాదాక్షిణ్యాలకు తలఒగ్గకుండా, పైకి ప్రాకి పోయేందుకు అమర్యాదకరమైన పద్ధతులకు పూనుకోకుండా ఉండాలి. అధ్యాపకత్వం నేడు బోధన కంటే ప్రభావం ఎక్కువ కలదిగా ఉండాలి కనుక ఉపాధ్యాయులు భవిష్యత్ ప్రజాస్వామ్య రూపురేఖలు దిద్దవలసిన తమ శిష్యులకు అర్థతగల దృష్టాంతాలుగా ఉండవద్దా?

— 'మీరా' సాజన్యంతో

చిత్ర వివేచన:



ఇంపుగా వ్యవహరించు  
సక్రమంగా తెలుసుకో  
జాగ్రత్తగా స్నేహితం చేసుకో  
యుక్తిగా సద్భాటు చేసుకో  
శ్రద్ధగా చదువు  
క్రమబద్ధంగా ఉపవాసం చెయ్యి  
నేర్పుగా దుస్తులు ధరించు  
సంపూర్ణంగా గమనించు  
కళాత్మకంగా నృప్తించు  
తెలికగా ప్రయాణించు  
జాగ్రత్తగా పనిచేయు  
సుఖం విశ్రాంతి తీసుకో

— సోక్ ఎ. హెచ్. ప్లెసెన్

**మూడు అవధుల జీవితం**

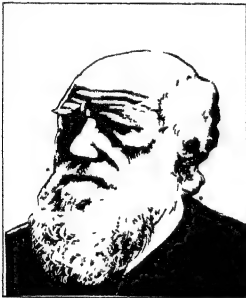
జీవితం మూడు నిర్ణీత కాలాలుగా  
విభజించబడింది - ఏది ఉండేది?  
ఏది ఉన్నది? ఏది ఉంటుంది?  
గతం నుంచి మనం నేర్చుకుని వర్తమానంలో  
లాభం పొందాలి. వర్తమానం నుంచి  
భవిష్యత్తులో బాగా జీవించేందుకు నేర్చుకోవాలి.

— బిల్లింగ్స్

'కష్టాలు మనిషిని చితకొట్టలేవు - అతణ్ణి తయారు చేస్తాయి.'

# చార్లెస్ డార్విన్

చార్లెస్ డార్విన్ ప్రతిపాదించిన విప్లవాత్మక పైన పరిణామక్రమ సిద్ధాంతం వట్ల ప్రపంచ ఎంతటా చెలరేగిన వాదోపవాదాలకు 19వ శాబ్ది సాక్షిగా నిల్చింది జీవించే వివిధ ార్థాలు, తమ ప్రస్తుత రూపాన్ని దీర్ఘమైన సమానుగతమైన ఒక పరిణామక్రమం ద్వారా గాఢించుకున్నాయని ఈ సిద్ధాంతం చెల్ల ప్పుంది



1809 ఫిబ్రవరి 12న ఇంగ్లండ్‌లోని ష్రూస్ బరీలో డార్విన్ జన్మించాడు. ఇతని తండ్రి రాబర్ట్ డార్విన్ ఒక వైద్యుడు, ఇతని తాత ఎరస్మస్ డార్విన్ సుప్రసిద్ధ కవి, వైద్యుడు మరియు చింతనావరుడు. ఇతడు కేంబ్రిడ్జిలో విద్యాభ్యాసం చేశాడు అక్కడ వృక్ష శాస్త్రజ్ఞుడు ప్రొఫెసర్ హెన్రీ మిత్రత్వాన్ని పొందాడు. అతని ద్వారా బీగిల్ అనే నౌకలో జీవశాస్త్ర పరిశోధకుని హెరాదా పొందాడు. ఇదే తరువాత ప్రపంచం చుట్టూ ఐదేళ్ళపాటు సాగిన శాస్త్ర విజ్ఞాన సాగర యాత్రగా మారింది.

ఈ సాగర యాత్రా సమయంలో యువకుడైన

డార్విన్ వేలాది జంతువుల మరియు మొక్కల సమూహాలను అధ్యయనం చేశాడు. 1859లో ప్రచురించబడిన అతని ప్రసిద్ధ గ్రంథం “ఆరిజిన్ ఆఫ్ స్పీసీస్”కు ఇది ఎంతో సావ గ్రిని అందించింది తను వ్రాసిన దా లోని సత్యాన్ని ఋజువు పర్చుకున్నాన. డార్విన్ హృదయపూర్వకంగా విశ్వసించాడు.

ప్రపంచం ఇంతకు ముందెన్నడూ చూడ ఒక గొప్ప, జీవశాస్త్ర పరిశోధకుడుగానే కా అంతకు క్రితం ఎన్నడూ వుట్టి ఉండని ఒ పరిపూర్ణమైన సజ్జనుడుగా అతడు రూపొందాడ జీవిత వర్తంతరం బాధించిన రుగ్మత నుం. - నత్వం వట్ల తనకు గల ఆవేశపూరిత ప్రేమ ద్వారా, ప్రకృతికి సంబంధించిన చనులః గొప్ప ఆసక్తి ప్రదర్శించడం ద్వారా - ఘ విజయం సాధించాడు

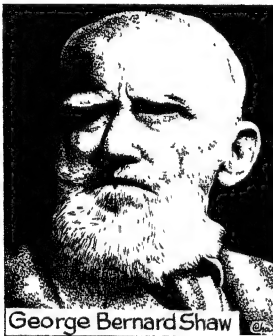
డార్విన్ పరిణామ క్రమ సిద్ధాంత ఇప్పటికీ చర్చనీయాంశంగా ఉన్నప్పటికీ నేః పరిణామ సిద్ధాంతంలోని సాధారణ భావనః సైన్స్ ప్రతిచోట ఆమోదించింది అత సిద్ధాంతంలోని ఒక భాగం తిరస్కరిం బడింది లేదా ఇతర సిద్ధాంతాలు తీస బడటం జరిగింది. కానీ దాని మూల సూత్రా శాస్త్రవిజ్ఞాన ప్రపంచమంతటా వ్యాపించాః తన 73వ ఏట 1882 ఏప్రిల్ 19న డార్వి కన్నుమూశాడు.

— రెగి జె. తునియంప్రాః

— ‘ఇన్స్పిరేషనల్ కోట్’ సాజన్యంః

“ఒక ఉపాధ్యాయుడు శాశ్వతత్వంపై ప్రభావితం చూపుతాడు. తన ప్రాబల్యం ఎక్కడ నిల్చిపోతుందో అతడు ఎన్నటికీ చెప్పడు.”

1856 జులై 26న డబ్లిన్‌లో జార్జి బెర్నార్డ్‌షా జన్మించాడు. ఆంగ్ల సారస్వతంలో తన సొంత కైలీ సృష్టించుకున్న గొప్ప ఐరిష్ వారిలో అతడు ఒకరు: నాటకాలకు సంబంధించినంతవరకు అతడు పేక్స్‌యియర్‌కు ద్వితీయుడుగా నిలబడతాడు.



15వ ఏడు వచ్చేవరకు బెర్నార్డ్‌షా తన పాఠశాల చదువు డబ్లిన్‌లో కొనసాగించాడు. ఆ తరువాత ఒక గుమాస్తాగా, అనంతరం ఒక భూప్రతినిధి కార్యాలయంలో కామియర్‌గా పని చేశాడు. 1876లో తన తల్లితో కలిసి లండన్ వెళ్ళేంతవరకు ఆ ఉద్యోగంలోనే కొనసాగాడు.

1885 నుండి 1908 వరకు అతడు పాత్రికేయుడుగా ప్రసిద్ధి చెందాడు. ఒక సంగీత విమర్శకునిగా అతడు “సాటర్‌డే రివ్యూ” అనే వార పత్రికకు వ్రాస్తుండేవాడు. 1885లో నాటక రచనలో తన మొదటి ప్రయత్నం చేశాడు. సంగీత నాటకాల ప్రభావం అతని నాటకాల్లో బాగా కనిపిస్తుంది. అతనికి గణ్యత కలిగిన 50 నాటక సంబంధమైన రచనలు

చేశాడు. వీటిల్లో ప్రసిద్ధమైనవి: “మిసెస్ వారెన్స్ ప్రా ఫెషన్”, “అర్మీస్ అండ్ ది మాన్”, “ది డెవిల్స్ డిస్‌టెంట్స్ అండ్ రివెంజ్.” 1905 నాటికి జీవించి ఉన్నవారిలో అత్యంత ప్రసిద్ధి చెందిన నాటక కర్తగా పా రూపొందాడు.

1922లో “సెయింట్ జోస్”తో అతని కీర్తి శిఖరాగ్రానికి చేరుకున్నది. రచయిత యొక్క మతపరమైన విషయం వైపు క్షణకాల దర్శనం ఈ రచనలో స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. 1932లో అతడు ప్రపంచయాత్ర చేశాడు. ఆ సమయంలోనే బొంబాయిని సందర్శించాడు.

1950లో తన 95వ ఏట పా కాలధర్మం చెందాడు. “ది ఆపిల్ కార్ట్” అనే ప్రధానమైన నాటిక తుదిసారి తయారు చేశాడు. సాహిత్యంలో సాంద్ర్యాన్సీ శ్రేష్ఠతనూ ప్రేమించేవారి హృదయాలలో ఈ బుద్ధి కుశలతగల నాటక రచయిత చేసిన ముద్రలు ఎన్నటికీ చెరిగి పోవు.

— బెంజమిన్ కిరో

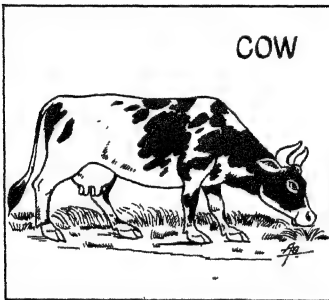
— “ఇన్‌స్పిరేషనల్ కోట్” సాజన్యంతో

## మృదువుగా ఉండండి

యువతవల్ల మృదువుగా ఉండేందుకు, వృద్ధులవల్ల దయాళువులుగా ఉండేందుకు, ప్రయోగవడే వారివల్ల సానుభూతితోనూ, బలహీనులు, తప్పులు చేసిన వారివల్ల సహనశీలతతోనూ ఉండేందుకు తీర్మానించుకొండి జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో మీరు జన్మించి కలిసి ఉంటారు.

“వదల్చులు, బిరుదులు కలిగి ఉన్నందువల్ల గౌరవం రాదు. వాటికి తాను యోగూడవటంలోనే ఆ గౌరవం లభిస్తుంది ”

ఒక సాధారణ ఆధునిక గోవు ప్రతిరోజు 5 నుంచి 20 కిగ్రా.ల పాలు ఉత్పత్తి చెస్తుంది శ్రేష్ఠమైన ఆవులు రోజుకు నాలుగు గాల్పు పాలు ఇస్తాయి. ఇలా ఒక సంవత్సరంలో '80 నుంచి 320 రోజులపాటు ఇస్తాయి.



మూడు లేక నాలుగేళ్ళ వయస్సుగల ఉత్తమ కేకకు చెందిన ఆవుదూడలు 500, 600 కి.గ్రా.ల బరువు ఉంటాయి. కొన్ని ఒక టన్ను బరువు కూడా ఉండవచ్చు.

తన జీవిత పరిధి అయిన 20 ఏళ్ళలో ఒక ఆవు 12 నుంచి 13 సంవత్సరాల పాటు ఒక 'పాల ఫ్యాక్టరీ' గా పనిచేస్తుంది. ముసలి ఆవులో పాల దిగుబడి తగ్గుతుంది ఉదాహరణకు: నిరంతరం సేమలటం దంతాలు అరిగిపోయేటట్లు చేస్తుంది. నియమానుసారం - ఒక ఆవు ప్రతి సంవత్సరం ఒక దూడకు జన్మనిస్తుంది, (అసాధారణంగా రెండు దూడలు మరింత అసాధారణంగా ఒకేసారి ఏడుదూడలు కూడా పుట్టవచ్చు.)

ఇతర పశువుల్లో కంటే ఆవులో వాసన పట్టే స్వభావం తక్కువ అయితే వెయ్యి దూడల మధ్య నుంచి కూడా తన సొంత దూడను గుర్తించి వెలికి తెచ్చుకోగల శక్తి దీనికి ఉన్నది

పశువులు మేసే స్థలంలో మేత మేసే ముందు ఆవు నేలను జాగ్రత్తగా వాసన చూస్తుంది. - గడ్డిని కాక కేవలం నేలనే వాసన పడుతుంది. అక్కడ ఖనిజ సంబంధమైన ఎరువులను ఆవు కనుగొన్నట్లయితే అక్కడ మేత మేసేందుకు తీరస్కరిస్తుంది.

గడ్డి మేసే అన్ని పశువుల మాదిరిగానే ఆవులు కూడా తన శరీరంలో ఉప్పుకొరత ఏర్పడిన భావం రాగానే ఉప్పును పేరాశతో నాలుకతో నాకుతుంది. కానీ ఉప్పు, వులుపు, చేదు మరియు తీపి - ఏటిల్లో దేనినైనా కోరుకోమంటే ఆవు తీపినే ఎంచుకొంటుంది

## తొమ్మిదేళ్ళ వయసులోనే విమానాన్ని నడిపిన రాచెల్

అమెరికాకు చెందిన రాచెల్ కార్లర్ తొమ్మిదేళ్ళ వయసులోనే 8,859 కి.మీ.ల దూరం విమానాన్ని నడిపిన పిన్న వయస్కురాలిగా రికార్డుల్లోకెక్కింది గతంలో ఈ రికార్డు సాధించిన పదకొండేళ్ళ విక్టో వాన్మెటర్కు పదకొండేళ్ళు కాగా రాచెల్ ఆ రికార్డును అధిగమించింది. రాచెల్ కు ఈ ప్రయాణానికి పది రోజులు వట్టింది.

వృత్తిరీత్యా ఫైలెట్ అయిన రాచెల్ తండ్రి జిమ్మీ ఆమెకు ఏడే సంవత్సరం నుంచి విమానం నడవడంలో శిక్షణ ప్రారంభించాడు

—'ఈనాడు' సాంజన్యంలో

"సమీక్షకాలం చేదన అనుభవించిన హృదయాల గాఢమానం నుండి పృథ్వీపై ఉద్భవించింది - సంతోషం మధ్య, నుంచి కాదు."

కొన్ని ఆవులు 1.5 మీటర్ల ఎత్తునున్న కంచెను కూడా దాటి వస్తాయి. అపాయకర వేళల్లో ఆవులు గంటకు 40 కి.మీ.ల వేగం వరకు పరిగెత్తగలవు. రష్యాలో ఒక సర్కస్ ఫీట్లో చిన్నారి ఆవులు ఫుట్ బాల్ ఆడుతాయి స్కూటర్లపై పరుగువందెం జరుపుతాయి మరియు ఒక "బాలెట్" (నృత్య ప్రదర్శన) నిర్వహిస్తాయి.

ఆవుల కీమత్తరం విసుగు గొలుపుతుంది తన దూడతో సంభాషించేందుకు అది తన గొంతుకను పెంచుతూ, తగ్గిస్తూ వివిధ రకాల స్వరాలు ఉపయోగిస్తుంది వీటిని దూడ పూర్తిగా అర్థం చేసుకుంటుంది.

ఆవు-లయను బట్టి సంగీతాన్ని గమనించ గల్యుతుంది. సంగీతం బిగ్గరగా లేకపోతే ఆవులు ఆ సంగీతం వస్తున్న మూల స్థానం దగ్గరకు కూడా వచ్చి వింటాయి. గడ్డి బీడులో చెల్లా చెదరుగా ఉన్న పశువుల్ని మంద కట్టేందుకు అనేమంది పశువుల కావదులు ఆవుల ప్రూణ శక్తిని ఉపయోగించుకుంటారు

తనకు కొత్తగా కనిపించే దేనినైనా ఆవు అత్యంత గమనికతో, ఆసక్తితో, చూస్తుంది దాని సరాల పద్ధతి సులభంగా ఉద్రేకింప చేసేదిగా ఉంటుంది.

ఆవుల సొంత చావళ్ళు చిన్నవైనా, అక్కడ అవి ప్రశాంతంగా ఉండే విధంగా రూపొందు తాయి. కొత్త చోటుకు తరలగానే - కేవలం ఇంటి ప్రక్కకైనా సరే - లేదా - ఆవుకు కొత్త ఇరుగు పొరుగులు వచ్చినా - దాదాపు 10 శాతం పాలిదిగుబడి తగ్గిపోతుంది. ఉదయం లేదా మధ్యాహ్నం వేళల్లో కాక సాయంకాలాల్లో మార్పు జరిగినట్లయితే ఆవు ఈ అదురు నుంచి నిలద్రొక్కుకో గలుగుతుంది. ప్రశాంత పరిస్థితిని పునరుద్ధరించుకునేందుకు ఆవుకు రాత్రి

సమయం సహాయపడుతుంది

ఆవుకు కావలసినంత కుడితి లభించకపోతే దాని దిగుబడి ఎన్నటికీ గరిష్టస్థాయి అందుకే లేదు ప్రతిరోజు త్రాగేందుకు 90 నుంచి 130 లీటర్ల నీరు అవసరమౌతుంది. ఇది సమిలి తినేందుకు కావలసిన ఉమ్మివీటి కోసం 80 నుంచి 100 లీటర్ల నీరు అవసర మౌతుంది పొడుగైన నీళ్ళ తోట్టని నిర్మించి ఆవు అదుర్దాపడకుండా నీటిని త్రాగేందుకు దోహదం చేయాలి

**ఎలా?**

భయంవల్ల వణకటం ఎందుకు?



భయం వల్ల సప్రో అపాయం నుంచి పారి పోవాలని సిద్ధమౌతున్నప్పుడు భయం యొక్క భౌతిక లక్షణాలు వెలికి వస్తాయి. పారి పోయేందుకు ఉపయోగపడే శరీరపు భాగాలన్నిటినీ అదుపు చేసే మెదడు కణాలలో సరాలక సంబంధించిన బలం వేగంగా త్రమితుతుంది ఈవిధంగా పొర్లి ప్రవహించిన శక్తి పొరుగున ఉన్న మెదడు జీవకణాలలోకి చేరి వణకటం, వళ్ళు కొరకటం మరియు అకస్మిక సరాల దుర్బలత్వం చేకూరునుంది.

"గొప్ప సాహసకార్యాలకు ప్రారంభం తరచుగా స్వల్ప అవకాశాలే."

— డెమవనీ



అందరి అభిమానం పొందని పంది కథ బయట విన్నారా?

తన మరణానంతరం తన యావదాస్తిని, 10 పదనసు దానధర్మాలకు విడిచిపెట్టినప్పటికీ ప్రజలు తనను పిసివారినానే పిలుస్తున్నారని ఆ భాగ్యవంతుడు ఒక పూజారికి ఫిర్యాదు కేశాడు. అప్పుడు ఆ పూజారి ఆ ధనికునికి కప్పిన కథ ఇది.

పూజారి ఇలా చెప్పసాగాడు: “ఒక చిన్న థ చెబుతాను, వినండి వెనుకటికి ఒక పంది తనకు కీర్తి రాలేదని ఒక గోవు వద్ద ఫిర్యాదు చేసింది ప్రజలు ఎప్పుడూ ఆవును రిరించి చక్కగా చెప్పుకుంటారే గాని తనను రిరించి ఒక్క మంచి మాట అయినా పలకరని క పంది వినుగూ చెందింది. తాను ఏమి కేసినా, తాను ఎక్కడికి వెళ్ళినా ప్రజాదరణ కభించలేదు.”

“నిజమే, మీ గోవులు పాలు, మీగడ అందిస్తున్నాయి. కానీ పరాహలమైన మేము కూడా ఇంకా ఎక్కువే ఇస్తున్నాము గదా! మేము కప్పు చేసిన పంది మానం, తోడలు, బిరుసైన కట్టి వెంట్రుకలు అందిస్తున్నాము.”

తన విలువను ప్రజలు ఎందుకు గ్రహించి కచ్చుకోవటం లేదో తెలుసుకోగలుగుతున్నానని పంది అడుగగా గోవు ఆలోచించి ఇలా కప్పింది.

“బహుశా నేను బ్రతికి ఉన్నప్పుడే వీటిని వ్యటం దీనికి కారణం కావచ్చు. నీవు చని యైన తరువాతనే ఇస్తున్నావు.”

“ఇది మీకు కూడా వర్తిస్తుంది” అని పూజారి కథ ముగించాడు.

మనలో చాలామంది ఇలాగే చేస్తుంటాము. మనం చడ్డీలు, అటవస్తువులు, బొమ్మలు మరియు వస్తుకాలు దాచిపెడతాము. వీటిని జాగ్రత్తగా ఒక పెత్తెలో భద్రపర్చి అటకపైన దాచి పెడతాము. వాటికి అక్కడ విలువ ఏమీ ఉండదు, తరచుగా చెదలు ధ్వంసం చేస్తుంటాయి. మనం వీటిని ఉపయోగించటమో, దావరికం చేయకుండా ఇతరులకు ఇవ్వటమో చేస్తే మనకు ఎక్కువ ఫలితం దక్కతుంది. మనం గోవును దృష్టాంతంగా పెట్టుకుని, మనం బ్రతికి ఉండగానే ఇవ్వటం అమలు జరపాలి

## విజయ సూత్రాలు

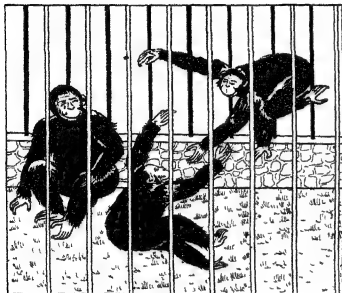


- ఎ = ఎక్స్ + కై + జెడ్
  - ఏ = విజయం
  - ఎక్స్ = వని
  - కై = అట
  - జెడ్ = నోటిని అదుపులో పెట్టుకోవటం
- ఎ. ఎన్. సైన్

“పూర్వ మర్కాదలు జీవితాన్ని మధురం చేస్తాయి;

## విల్లలు - ప్రేమ

మనిషికి మనిషి అవసరం ఉంది. మనిషికి ఆహారం, నీళ్లు ఎంత అవసరమో సాటి మనిషి యొక్క గుర్తింపు కూడా అంతే అవసరం



ఇంకొకరు అతణ్ణి పట్టించుకోకపోతే, ప్రేమతో వలకరించకపోతే, లాలించకపోతే తాను ఎవ్వరికీ పనికి రాననుకుంటాడు. అతనికి జీవితమే 'నిస్సారమౌతుంది. అతడిలో అభద్రతాభావం (Inferiorty feeling) చోటు చేసుకుంటుంది. చివరికి అతడు మానసిక వ్యాధికి లోనౌతాడు.

కనుక ప్రేమ చాలా గొప్ప వైద్యం. ఈ ప్రేమ కరువైంది కనుకనే ప్రపంచం ప్రస్తుతం ఇలా ఉంది. ప్రేమమయమైన ప్రపంచానికి నిజానికి వైద్యం అవసరం లేదు. ప్రేమతో పలికే ఒకమాట, ఒక చూపు చాలు. తృప్తిపడి మళ్ళీ పసివాడౌతాడు. అతడి అహంకారం కరిగిపోతుంది.

మనకు మన పిల్లలపై ప్రేమ ఉంటే నరిపోదు. అది ప్రకటించడం కూడా అవసరమే. పిల్లల పోషణలో బలం ఆహారంలో మాత్రమే

లేదు. విటమిన్లు, ప్రోటీనులు కలిగి ఉన్న పౌష్టిక ఆహారం ఈ శరీరాలకు ఎంత అవసరమో వారి మనస్సులకు ప్రేమ అంత అవసరం. స్థూలంగా మన పిల్లవానికి అన్నీ నమకూర్చినా ప్రేమ ప్రకటించకపోతే అతడి పెరుగుదల ఆగిపోతుంది.

ఆస్ట్రేలియాలోని ఒక జూలో ఒక ఆశ్చర్య కరమైన విషయం జరిగింది. మూడు పిల్లలు వృద్ధిన తర్వాత ఒక ఆడ చింపాంజీ చని పోయింది. పాల సీసాలతో పాలు పడదా మంటే ఆ పిల్లలు త్రాగటం లేదు. అందుకని "రోబోట్సు" (యంత్ర మానవులను) తయారు

## రంగులపై ఆంగ్లేయుల భావాలు

నీలవర్ణం	- నిజం
ఆకుపచ్చ	- పదిలితయతులం
పసుపు రంగు	- అసూయ
తెలుపు	- ప్రేమ
ఎఱుపు	- ధైర్యంతో ఎదిరించే గుణం
నలుపు	- మృతి

## రాబోయే సంతతికి బహుమతులు - గ్రంథాలు

గొప్ప ప్రతిభాశాలురు మానవాళికి వంశపారం పర్యవ్వు అన్నిగా విడిచి వెళ్ళేవే గ్రంథాలు ఇంక జన్మించని వారి కోసం, రాబోయే సంతతి కోసం ఇవి బహుమతులుగా ఒక తరం నుండి మరొక తరానికి అందించబడుతున్నాయి.

— జోసెఫ్ అడిసన్

“మీకు సమస్యలు లేనట్లయితే, పెరుగుదలకు ఒక అవకాశాన్ని మీరు కోల్పోయినట్లే.”

కంపెని వారి ద్వారా ప్రత్యేకంగా ఒక చింపాంజీని (బొమ్మను) తయారు చేయించారు. అది చక్కగా కదిలేది. పిల్లలకు ప్రస్థం ఇచ్చేది. క్రమంగా ఆ పిల్లలు ఎద్దగడం మొదలు పెట్టాయి.



అయితే ఈ చింపాంజీ పిల్లలు పెట్టి చని పోయిన రోజే ఇంకోక బోనులో వేరొక చింపాంజీ రెండు పిల్లలను పెట్టింది. క్రమంగా ఈ ఇదు పిల్లలూ పెరుగుతున్నప్పటికీ తల్లిలేని పిల్లల కన్నా బ్రతికున్న తల్లి యొక్క రెండు పిల్లల శారీరక పెరుగుదల ఉన్నతంగా ఉండటమే కాక, అవి ఎంతో ఉత్సాహంగా ఆటలాడేవి. వాటిపైన పరిశోధన చేసిన మనస్తత్వ శాస్త్రజ్ఞులు ఈ పిల్లల పెరుగుదలలోని భేదానికి కారణం కేవలం తల్లి ప్రేమేనని నిర్ణయించారు.

ఎంతమంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలపై ప్రేమను ప్రకటిస్తున్నారు? మాటలలో కాక పోయినా చూపులతో, చేష్టలతో హావభావములతో నయినా తమ పిల్లలపై ప్రేమ ప్రకటించడం ఎంతో అవసరం. అప్పుడే వారిలో మీరు సంపూర్ణమైన వికాసం చూడగలరు.

— “అరణ్య స్పందన” సౌజన్యంతో

క్రిజ్: 1 (డి) మహారాష్ట్ర, 2 (సి) కేరళ, 3 (సి) 1952, 4 (డి) చెఅకు, 5 (సి) నెమలి, 6 (ఎ) వరి మరియు గోధుమ, 7 (వి) ఎస్ హెచ్ ఎఫ్ జె. మానెక్ షా, 8 (డి) పుష్పాలంకరణ ఏర్పాటు.

మాటల మహిమ: 1 (ఎ) ఇల్లు, (వి) తెగ, (సి) లక్ష్మము/ప్రొగు, (డి) పరమాత్మ, 2 (వి) వేసవి, (సి) వేడిమి, (డి) చెమట, 3 (ఎ) పిఅడు, (సి) మొల/మూపు, (డి) కొండనడుము/చరి, 4 (ఎ) తిరస్కారము, (వి) ఆక్షేపము, (సి) పథము, (డి) ఉమయటు, 5 (ఎ) ఆకాశము, (వి) క్రావణ మానము, (సి) మేఘము/పర్ణకాలము, (డి) ముక్కు, 6 (ఎ) తామర, (వి) బాణము, (డి) బాణపు ములికి, 7 (ఎ) వేదము, (వి) అంగడివాడ (సి) పట్టణము/మార్గము, 8 (ఎ) ముక్తి, (వి) నాశము, (సి) సుఖము, (డి) నీళ్ళలో మునిగినది (ఏనుగు)

తెలివికి పరీక్ష: 1 బాక్టీరియాను తొలగించేందుకు పాలను 62 డిగ్రీల సి వరకు వేడి చేయటాన్ని పాశ్చరైజేషన్ అంటారు, 2 187, 3 నైఋతి ఋతువనాలు, జూన్, సిస్టెంబర్ మాసాల్లో వచ్చే నైఋతి వసనాల వల్ల ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లో ఎక్కువ వర్షపాతం ఉంటుంది, ఈశాన్య ఋతు వసనాల వల్ల నవంబర్, డిసెంబర్ మాసాల్లో రాష్ట్రంలో వర్షం కురుస్తుంది, 4. కలకత్తాలో, 1905 లో ఎల్ థిన్ స్టన్ పిక్చర్ పాలెస్ నిర్మాణం జరిగింది, 5 నెల్లూరు జిల్లాలో ఉన్నది. ఇది తమిళనాడు సరిహద్దు అనుకుని ఉన్నది, 6. శ్రీమతి భానుమతి రామకృష్ణ, “నాలో నేను.”

“ప్రగతికి నిజమైన తిరస్కారం - హింస.”

## రిసి సరించి తెలుసుకోండి

ముఖ్య అహ్మద్ అన్వారి (1880 - 1936): ఢిల్లీలో ప్రభావరణ పొందిన వైద్యుడు. హెమామ రూలో ఉద్యమంలోని ఒక ప్రధాన నాయకుడుగా పేరు తెచ్చుకున్నారు. స్వాతంత్ర్యోద్యమ సమయంలో అనేకసార్లు కారాగారవాస శిక్ష అనుభవించారు. పార్లమెంటరీ కార్యక్రమాన్ని కాంగ్రెస్ ఆమోదించేయకు బాధ్యత వహించారు.



జార్జి ఈస్ట్మన్ (1854 - 1932): ఒక ఆమెరికన్ ఆవిష్కర్త. మొట్టమొదటి ఫోటోగ్రఫిక్ ఫిలింను పేటెంట్ (సర్వహక్కులు పొందటం) చేసుకున్నారు. (మొదట్లో కాగితం, తరువాత సెల్యూలాయిడ్, అఖిరికి సెల్యూలోజ్ అసిపేట్) వీటినుంచి తయారు చేసిన ఫోటోగ్రఫిక్ ఫిలిం మరియు కోడక్ కెమెరాను పేటెంట్ చేసుకున్నారు.

ఎస్. శ్రీనివాస అయ్యంగార్ (1874 - 1941): రామనాథపురంలో జన్మించారు. న్యాయవాద వృత్తి చేపట్టారు. న్యాయవాదుల సంఘం నాయకుడుగా పనిపొందారు. 1916లో మద్రాసు అడ్మినిస్ట్రేటివ్ జనరల్ గా నియమించబడ్డారు. 1926లో

కేంద్రశాసన సభా సభ్యుడై, ప్రతిపక్ష ఉప నాయకుడుగా ఎన్నికయ్యారు. స్వేచ్ఛా స్వాతంత్ర్యాల కోసం, న్యాయం కోసం ఎల్లప్పుడూ పాటుపడ్డారు. ప్రజాహిత రంగంలో లౌకిక విధానాన్ని సమర్థించారు.

అసఫ్ అలీ (1888 - 1953): ఉత్తర ప్రదేశ్ కు చెందిన ఒక ఉన్నత కుటుంబంలో జన్మించారు. ఇంగ్లండ్ లో న్యాయశాస్త్రం అభ్యసించి, ఢిల్లీలో న్యాయవాద వృత్తిని చేపట్టారు. స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో పాల్గొని కారాగార క్షేత్రం అనుభవించారు. వాషింగ్టన్ లో మొదటి భారత రాయబారిగా పని చేశారు.

ఈసవ్: 6వ శతాబ్ది బి.సి.లో గ్రీస్ లో నివసించాడు. అనేక సుప్రసిద్ధ నీతి కథలను సమకూర్చాడు. ఈ కథలు సత్ప్రవర్తన లేదా నీతి పాఠాల బోధనకు ఉపయోగించబడుతున్నాయి.

డబ్ల్యు.సి ఫీల్డ్స్ (1879 - 1946) ప్రసిద్ధి చెందిన చలన చిత్ర హాస్య నటులలో ఒకడు. ఆకర్షణ గల సినిమా నటి యెటెన్స్ లో ఎన్నో సుప్రసిద్ధ చిత్రాలు నిర్మించాడు. “డేవిడ్ కావర్ ఫీల్డ్” (1934)లో మిస్టర్ మికాబర్ పాత్ర పోషణకు చిత్ర విమర్శకుల ప్రశంసలు పొందాడు.

లాలా లజపతి రాయ్ (1865 - 1928): భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ కు చెందిన సమరశీల నాయకులలో ఒకరు. 1920లో ప్రథమ జాతీయ కార్మిక సంస్థ అయిన ఆల్ ఇండియా ట్రేడ్ యూనియన్ కాంగ్రెస్ (ఎజిటియూసి)ని స్థాపించారు. 1928 అక్టోబర్ 30న సైమన్ కమిషన్ కు వ్యతిరేకంగా జరిగిన ప్రదర్శనకు నాయకత్వ వహించారు.

“ఒక పసిబిడ్డ- వంటి హృదయాన్ని కోల్పోనివాడే - గొప్ప వ్యక్తి.”

# పెద్దవాళ్ళను పెరుతో పిలవరు

కె. సుబ్రహ్మణ్యన్

ఒక నగటు భారతీయుడు తనకంటే పెద్దవారిని పేరుపెట్టి పిలవడు. వారిని సాధారణంగా 'మామ' అనో, 'అత్త' అనో పిలుస్తారు. పెద్ద వారైన స్త్రీలను 'అమ్మ' అనీ, 'అక్క' అనీ సంబోధిస్తారు ఇద్దరు వ్యక్తులు కలుసుకున్నప్పుడు వారు ఏవిధమైన పరిచయం లేకుండానే సంభాషణ ప్రారంభిస్తారు. ఒకరిపేరు మరొకరికి చెప్పుకోవటం కూడా అవసరం రాదు వ్యక్తి పేరు తెలుసుకోకుండానే రైళ్ళలో, బస్సుల్లో రెండు నుంచి మూడు గంటలపాటు ఉత్సాహ భరితమైన సంభాషణ కొనసాగిస్తుంటారు



తనను పేరుపెట్టి విద్యార్థులు పిల్చినప్పుడు నగటు ఉపాధ్యాయుడు ఎంతో నొచ్చుకుంటాడు. చిన్నవారిని పేరుపెట్టి పిలిచే ప్రత్యేకాధికారం పెద్దలకు ఉన్నది.

ఒక నగటు భారతీయుడు తన భార్యను పేరుపెట్టి పిలవడు. అదేవిధంగా భార్య కూడా భర్తను పేరుతో పిలవదు. భర్త తన భార్యను 'పిలవాలనుకుంటే 'ఏవు విసాలి' (లేదా) 'ఏమిటి?' (లేదా) 'ఎంటున్నావా?' (లేదా) అటువంటి మాటల్ని ఉపయోగిస్తాడు.

“ఏ మనిషి కూడా ఇద్దరు యజమానులకు సేవ చేయలేడు; ఎందుకంటే అతడు ఒకరిని ద్వేషిస్తాడు, మరొకరిని ప్రేమిస్తాడు. లేదా

విద్యాధికులై ఉండి, నగరాల్లో నివసించే వారు సామాన్యంగా తమ భార్యల్ని పేరుతోనే పిలుస్తారు. అయితే అధునాతన వురుములు కూడా తమ తల్లిదండ్రులతో మాట్లాడేటప్పుడు “నాభార్య” అని చెప్పరు. వారు తమ పిల్లల పేర్లు చెబుతారు. ఉదాహరణకు: ‘రామూ తల్లి’ అనో, ‘మీ కోడలు’ అనో చెబుతారు. తన అత్తమామల ముందు భార్య కూడా ‘నా మొగుడు’ అని చెప్పదు దీనికి బదులు ‘మీ కుమారుడు’ అనో, ఏదో ఒక విధపేరు చెప్పి అవిధ్య తండ్రి అనో చెబుతుంది

గ్రామాలలో ఈనాటికీ భర్తపేరు చెప్పటం నిషేధించబడింది. కనుక జనాభా గణన సమయంలో భర్త ఇంట్లో లేకపోతే, భార్య నుంచి అతని పేరు రాబట్టటం ఎంతో దుర్లభమౌతున్నది. ఆ పేరు కోసం జనాభా సేకరణ ఉద్యోగి ఇరుగు పొరుగు వారి దగ్గరకు వెళ్ళవలసి వస్తున్నది.

విద్యాధికులైన భారతీయులు తమ ‘భార్య’ విషయం ప్రస్తావించవలసి వచ్చినప్పుడు ఇంగ్లీషు మాట ‘వైఫ్’ను ఇంగ్లీషులో లేదా తమ మాతృభాషల్లో ఉపయోగిస్తారు. ఇంగ్లీషు మాట ప్రయోగించేందుకు వారు అసౌకర్యానికి లోనుగారు, కానీ తమ మాతృ భాషల్లో దానికి సమానమైన మాట ఉపయోగించేందుకు మాత్రం అసౌకర్యంగా తలుస్తారు.

— “అంత్రోపలాజిల్ లింగ్విస్టిక్స్” సాజన్యంతో

